

Alles dreht sich um die „Mitte“

Mit Atem- und Körperarbeit zu mehr Ausgeglichenheit, Zentriertheit, an die eigene Kraftquellen kommen. Wie fühlt sich das an, „mittig“ zu sein, nicht so schnell „aus der Bahn“ oder dem äußeren wie inneren Gleichgewicht zu kommen? Atem- und Körperarbeit ist auch immer ein individuelles Abenteuer. Lassen sie sich von etwas Abenteuerlust anstecken und seien sie gespannt auf das, was sie entdecken werden.

Kursdaten: Bohlingen

4 mal donnerstags

Nummer:	1. Treffen:	Uhrzeit:	Kosten:
GK 09	Do 10.06.2010	20:00 – 21:30Uhr	36,00€

Ort:	Atemwerkstatt, Lummoldstr. 43, 78224 Singen-Bohlingen
Mitzubringen:	bequeme Kleidung, Decke oder Yogamatte, Antirutschsocken o.ä.
Leitung:	Alexandra Schneider-Weiß, staatl. geprüfte Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin