

DURCH DEN KÖRPER ZUM SELBST

Die Kunst anwesend zu sein

Breema Körperarbeit ist die Kunst, durch die Wahrnehmung des eigenen Körpers in die Gegenwart zu kommen. Wir lernen in diesem Kurs Übungen, die am eigenen Körper sowie im Austausch mit anderen gemacht werden können. Die streichenden, klopfenden und dehnenden Bewegungen haben eine spielerische und nährende Qualität. Die Grundsätze von Breema, wie z.B. "bequeme Körperhaltung", "ganze Beteiligung" haben das Ziel, die Achtsamkeit zu fördern, und können in den Alltag mitgenommen und in praktisch allen Lebenssituationen angewendet werden.

Referent:

Mag. phil. Aron Saltiel

Breema-Arbeit seit 1983, Psychotherapeut, Supervisor, www.saltiel.at

Termin:

Freitag, 22.03.2019 17.00 Uhr

Sonntag, 24.03.2019 13.00 Uhr

Kosten:

Kursbeitrag: € 180,00

Kursbeitrag für Mitglieder IIGS: € 150,00

VP im EZ: € 153,00

VP im DZ: € 137,00

Anmeldeschluss: 08.03.2019

Anmeldung: **Bildungshaus St. Michael**, Schöfens 12, 6143 Pfons

M: st.michael@dibk.at T: 05273/6236 H: www.dibk.at/st.michael

Eine gemeinsame Veranstaltung des Bildungshauses St. Michael mit dem Institut für Integrative Gestaltpädagogik und Seelsorge / Landesgruppe Tirol.