

Kursangebote 2020

Ein halber Tag Eutonie am 08.02, 25.04, 27.06, 10.10.

Zu einem guten Spannungszustand finden durch eine lebendige Erfahrung mit passend ausgewählten Bewegungsangeboten. Anregungen und Impulse zum selbst ausprobieren und üben, um das Körperbewusstsein zu erweitern und die neue Beweglichkeit in den Alltag einfließen zu lassen.

*jeweils von 14:00 – 18:00 Uhr mit 30 Min. Pause.
Kursgebühr 60 €*

Ein Tag Eutonie

21.03

Blockaden entdecken, sich regenerieren, neue Kräfte schöpfen.

16.05

Verspannungen lösen durch Kontaktübungen mit unterschiedlichen Materialien, um so einen besseren Bezug zum eigenen Innenraum zu bekommen und die allgemeine Beweglichkeit zu verbessern.

18.07

Gelenke, Spielräume und Grenzen - spüren, annehmen und erweitern.

28.11

Mehr innere Ruhe und Gelassenheit - Kraft tanken zum Jahresende

*jeweils von 10:00 – 18:00 Uhr mit Mittagspause
Kursgebühr 110 €*

Eutonie Wochenende

26.- 27.09

In Bewegung kommen durch eine gute Verbindung von den Füßen über die Wirbelsäule bis zum Kopf.

*Samstag von 10:00 – 18:00 Uhr mit Mittagspause, Sonntag 10:00 – 13:00 Uhr
Kursgebühr 160 €*

Eine Woche Eutonie

15. - 20.11

Die Selbstregulierung fördern - den eigenen Rythmus finden.

*Sonntag von 15:00 – 18:00 Uhr,
Mo. - Do. von 10:00 – 18:00 mit Mittagspause, ein Nachmittag frei
Freitag von 10:00 – 13:00 Uhr
Kursgebühr 420 €*