Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

Tel. +49-221-57407-0, kontakt@oshouta.de

Zurück zu deinen Wurzeln

Ressource your Body

Datum:	**08.11.2019 - 10.11.2019**
Leitung:	**Rachana Wolff**
Anzahlung	100,00 €
Preis:	**240,00 €**

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

Seminarbeschreibung

Wir lernen kreative Wege, unserem Körper Raum zu schenken, so dass wir Zugang zu unserer natürlichen inneren Sprache finden können.

Ein Prinzip, welches dieses Seminar begleitet, ist: Energie fließt, wo liebevolle Aufmerksamkeit hingeht. Unser Körper reagiert auf liebevolle Zuwendung und auf den Zustand, wo Weite stattfinden kann. Das Leben hat uns geformt und geprägt und es gibt alte Programme in uns, die längst out of date sind. Wir werden neue Be-wegungsrichtungen erfahren und neue Impulse in unsere Energiebahnen und Energiezentren setzen. Alte, ver-klebte, schmerzhafte Muster in den Gewebestrukturen, Muskeln und im Atemrhythmus können sich lockern
und lösen. Wir lernen unseren Körper näher kennen und spüren und gewinnen an Motivation, Bereitschaft, Präsenz, Neugier und Kreativität.

YogaSomatics, Körperarbeit und integrative Bewegungslehre, Body-Mind-Presence und Bewegungsentwicklung begleiten uns auf dieser Entdeckungsreise.

Offener Abend

08. November 2019, 20:30 Uhr, 25 €