

## Lebenslust – Dynamische Körpertherapie

### Finde zurück zu deiner Lebendigkeit und Lebensfreude

Datum: **06.11.2026 - 08.11.2026**

Dauer: 2 Tage

Leitung: **Subodhi Schweizer**

Preis: **295,00 €**

» [Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung](#)

### Ansprechpartnerin

Nathalie Pelzer

Tel. 0221-57407-28

[nathalie@oshouta.de](mailto:nathalie@oshouta.de)

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

**Wo ist sie geblieben, deine Lust am Leben? Wann hast du sie verloren? Und vor allem: Wie kannst du sie wiederfinden?**

### Seminarbeschreibung

Im hektischen Alltag verlieren viele Menschen den Zugang zu ihrer inneren Lebendigkeit. Wir fühlen uns erschöpft, blockiert, abgeschnitten von unserer Kraft. Körper und Geist sind verspannt, unsere Gefühle wirken gedämpft – die Lebensfreude scheint verschwunden. Genau hier setzt die Dynamische Körpertherapie an.

### Mit körpertherapeutischen Methoden deine Lebensfreude entfachen

Dieses Seminar lädt dich ein, deine Lebensenergie neu zu entdecken. Mit Hilfe von Tanz, Atemarbeit, Berührung, Selbsta Ausdruck und bioenergetischen Übungen wirst du eingeladen, körperliche und emotionale Blockaden bewusst wahrzunehmen und Schritt für Schritt zu lösen. Durch gezielte Impulse für Körper und Psyche kann sich die Energie wieder frei entfalten.

Wenn dein Körper spürbar wird und deine Gefühle wieder in Fluss kommen, entsteht Raum für Lebendigkeit, innere Freiheit und echte Lebenslust. Du verbindest dich mit deiner Kraftquelle und findest zurück zu einem authentischen, kraftvollen Lebensgefühl.

### **Zentrale Inhalte des Seminars:**

- Lösen von körperlichen und emotionalen Blockaden
- Aktivierung von Lebensenergie durch Bewegung und Atmung
- Verbindung von Körper, Emotion und Ausdruck
- Stärkung der Selbstwahrnehmung und inneren Präsenz
- Förderung von Lebensfreude, Selbstliebe und innerer Balance

Für Menschen, die ihre Lebensfreude wiederentdecken, mehr Energie spüren und sich selbst auf einer tieferen Ebene begegnen möchten – unabhängig von Vorerfahrungen.

### **Seminarzeiten**

Beginn am 1. Tag um 20:30 Uhr, Ende am letzten Tag um ca. 17:00 Uhr.

### **Zum Kennenlernen**

#### **Offener Abend & Seminarbeginn**

Fr., 06.11.2026, 20:30 Uhr, 30 €

Komm einfach vorbei!