



Fühlen & Spüren

Wir arbeiten körperorientiert, aber auch energetisch: wir spüren verschiedene Körperempfindungen und fühlen Gefühle im Körper. Wir nehmen sie einfach nur wahr. Indem wir spüren, nicht interpretieren oder verstehen wollen, erschließt sich uns ein neues Verständnis über uns Selbst...

Wann

10.12. 2020 / 21.1. / 25.2. / 18.3. 2021, 09.30 – ca. 11.00h

Wo

Petra Portmann, Blumenbergweg 20, 8633 Wolfhausen

Kosten

CHF 25.- in bar/via twint (oder Abo) pro Morgen

Leitung

Petra Portmann, Dipl. Yogalehrerin YCH/EYU
www.yogatouch.ch

Anmeldung

Bitte anmelden an petra@yogatouch.ch
(max. 5 - 6 Teilnehmer)