

Körperbewegung als Selbsterfahrung

Die Bewegungsanalyse – ein nonverbaler Zugang zur Entfaltung persönlicher Ressourcen

Jede Person bewegt und verkörpert sich anders. In der individuellen Bewegungsweise spiegeln sich unbewusste Vorstellungen (bzw. gespeicherte Erfahrungen) über den eigenen Körper, über Beziehungen und das Leben an sich.

Die angeleiteten Bewegungserfahrungen machen Ihnen Ihre persönlichen Grundmuster deutlich und regen Sie dazu an, sich auf leichte und vergnügliche Weise neue Möglichkeiten und Handlungsweisen zu eröffnen. Das setzt gebundene Energien frei, Intuition, Vitalität und Präsenz werden gefördert.

Sie werden staunen, wieviel Aha-Erlebnisse und Humor Ihnen das Lernfeld „Bewegungsimpulse“ (die eigenen und die der Anderen) bieten.