

Die eigene Mitte stärken

Mit Breema und Existenziellem Grounding dein natürliches Sein nähren

Körperorientierte Fortbildung von 18 bis 19. November 2022

mit Markus Angermayr & Ursula Zelzer-Lenz

In diesem Seminar laden wir dich ein, dich tief in deinen Körper, in dein „Leib-Sein“ hineinzulassen. Hier, in unserem Körper können wir Lebendigkeit, Glück und Verbundenheit mit der Erde erleben und Heilsames finden. Hier wurzeln wir im Sein. Oft erscheint uns unser Leben als abgetrennt oder zumindest weit entfernt von der Natur und ihren Rhythmen. Die Schnelllebigkeit urbaner Umgebungen und die zunehmende Technisierung unseres alltäglichen Lebens verstärken Erfahrungen von Reizüberflutung, ständiger Eile und Entkörperlichung.

Um innerlich auf Kurs bleiben zu können brauchen wir die Anbindung an die Natur, die wir sind. Übungen aus dem Breema und dem Existenziellen Grounding eröffnen dir in diesem Workshop den Kontakt zur Natur in dir, zu der Quelle, aus der alles kommt. Mit dir selbst, mit andern und dadurch letztlich mit der Erde in tiefer Verbundenheit und einer fürsorglichen, nährenden Beziehung sein - davon möchten wir dir hier einen Geschmack geben.

Bitte bringen Sie eine Matte und ein Sitzkissen (wenn vorhanden) mit, da wir auf dem Boden arbeiten werden.

Ort: Linz, GLE-Institut OÖ., Hasnerstraße 9/1 Stock

Arbeitszeiten:

Freitag, 18. November (18.00 – 20.30 Uhr) und Samstag, 19. November (10.00 bis 18.00 Uhr)

Kosten: 250,- EUR für GLE-Mitglieder (12 Einheiten). 280,- EUR für Nicht-Mitglieder

Anmeldung über mail@markusangermayr.at oder www.markusangermayr.at.

Stornobedingungen:

Ab Ihrer Anmeldung bis 3 Wochen vor Seminarbeginn: 20 % der Seminargebühr

Zwischen 3 und 1 Woche vor Seminarbeginn: 50 % der Seminargebühr

Danach bzw. bei Nichtteilnahme: 100 % der Seminargebühr

Bei rechtzeitiger Nennung eines Ersatzteilnehmers entfällt die Stornogebühr, sobald die betreffende Person eine fixe Zusage in schriftlicher Form erteilt. Es wird eine Bearbeitungsgebühr von € 25 verrechnet.