

Körper- und Bewusstseinsworkshops

In einer Welt beschleunigter Veränderungen muss der Mensch seine innere Einheit wiedergewinnen, sich an seine biologischen Bedürfnisse und Rhythmen anpassen, um sein Gleichgewicht und sein Wohlbefinden zu erhalten. Anita und Françoise bieten Ihnen einen Raum und eine Zeit des Bewusstseins, der Präsenz in Ihrem Körper, der Verbindung mit Ihrer inneren Realität. Diese Körper- und Bewusstseinsworkshops sind aufgebaut aus den Erkenntnissen von Tehima (Harmonie auf hebräisch), entworfen von Tina Bosi, und den Elementen einer nach der Holoenergetic von Dr. Laskows Holoenergetic geführten Meditation.



Der Tehima ist eine Sammlung von 22 Choreografien, die sich auf die Symbolik und Kalligraphie der 22 Buchstaben des hebräischen Alphabets beziehen. Diese 22 Haltungen arbeiten mit sehr langsamen Bewegungen in Verbindung mit dem Atem tiefgreifend im ganzen Körper (Frank Lalou auf der Kalligraphie des Aleph)

Die hebräischen Buchstaben, auf denen unser Alphabet beruht, sind heilige Buchstaben, die uns das Leben, seine Zyklen, seine Prüfungen, die uns Fortschritt und Entwicklung ermöglichen, näher bringen. **Eine Aktivität**, um sich selbst zu finden, sich um dich zu kümmern, dich körperlich und geistig zu entspannen, deine Einheit, deinen Zusammenhalt und deinen inneren Frieden zu entwickeln.

Wer sind wir ?

❖ **Françoise Kobler**, Shiatsu, Bachblüten Anwendungen, Tehima Lehrerin.
www.francoisekobler.com

❖ **Anita OLLAND**, Business & Executive Coach - Holoenergetic® Practitioner
www.anita-olland.com

Wir laden Sie ein, an der Einführung unseres grenzüberschreitenden Angebots, "Körper und Bewusstsein", auf Deutsch und Französisch

am Samstag, 21. September in Freiburg i B.

Datum : 21.9.2019 von 14.30 bis 17Uhr – Empfang ab 14Uhr

Ort : bei Schwere(s)Los! e.V. Kleinescholzweg 5, D - 79106 Freiburg I B
(2 Mn von Eschholzstraße – Tram 1, 2,3 et 4)

Info: Anita Olland : ao@anita-olland.com

Anmeldung : <https://doodle.com/poll/krbe7wmkvu8ahx3s>

Kosten : 45€, Reduktion auf Anfrage möglich.