



Bewegung in der Natur

Gruppe für Frauen

Montag Abend
in Darmstadt

Gehen. Atmen. Hinspüren in deinen Körper.
In Kontakt kommen mit dir und der Landschaft um dich herum.
Die Erde spüren. Auftanken.

Eingebettet in einen stillen Spaziergang, werde ich Atem-, Körperübungen anleiten;
werden wir mit der Stille / der Musik des Waldes, der Umgebung in Kontakt & in Bewegung gehen.
Es gibt auch Zeit zum Nachspüren und zum Austausch über das Erlebte.

Seminarleiterin:

Liane Schuckar: Heilpraktikerin mit den Schwerpunkten Massage und Bewegung

Termin: Montag, 15.6. / 29.6. / 6.7 / 13.7. / 27.7. 2020

Zeiten: 19:15 – ca. 20:30 Uhr

Ort: Darmstadt, Beginn An der Fasaneriemauer ; 1.Eingang in die Fasanerie (von der Kranichsteiner Strasse kommend)

Kursgebühr: 15 € ,

Mitzubringen: Wetterfeste bequeme Kleidung, Unterlage zum Sitzen

Verbindliche Anmeldung erforderlich bis Samstag 20 Uhr,
bei Liane Schuckar, 0176/ 23952 497 oder l.schuckar@gmx.de
bei Absage nach Samstag wird die komplette Gebühr fällig.