

Wie ein Fisch im Wasser

Wenn warmes Wasser den Körper umfließt können wir uns entspannen und den Alltag hinter uns lassen. Das Getragenwerden im und vom Wasser lässt Wohlgefühle entstehen. In wiegenden, schaukelnden, wellen- und spiralförmigen Bewegungen öffnen sich für uns Innenräume. Bewegungsblockaden lösen sich, erstarrte Bewegungsmuster kommen ins Fließen. Der augenblickliche Lebensraum kann sich verändern.



Praxis für Tanz & Körpertherapie - HKIT[®]

Barbara Martini

Tel.: 040 - 700 81 23

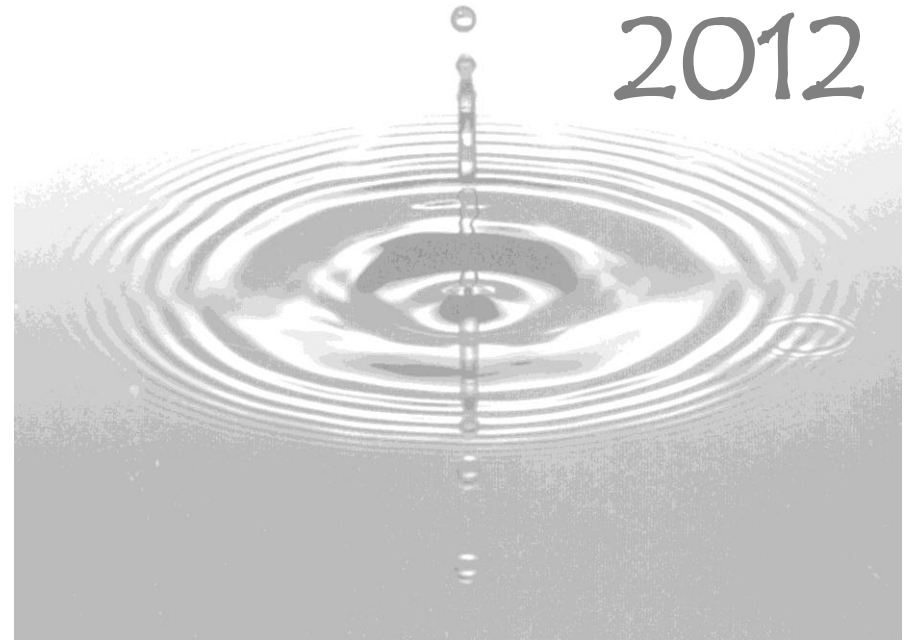
www.praxis-fuer-tanz.de

email: barbara-martini@praxis-fuer-tanz.de

Wasserarbeit

HKIT[®]

2012



Praxis für Tanz & Körpertherapie -HKIT[®]

Wassertanz & Wassertherapie

Eine Stunde im 34° warmen Wasser bewegt und gehalten werden kann den Menschen in tiefe Schichten von Entspannung und Regeneration führen. Sich im Wasser abgeben zu können erfüllt uns oft mit tiefem Wohlgefühl.

Als Tanztherapeutin/Wasser begleite ich den Bewegungsprozess achtsam und unterstützend, so dass heilsame Erfahrungen gemacht werden können. Das auf fast Körpertemperatur aufgeheizte Wasser verbindet sich mit dem menschlichen Körper, der zu 65% aus Wasser besteht. Er fühlt sich schnell wohl, „ist in seinem Element“. Im Getragenwerden, Herumdümpeln, Nichtstun, ... können Spannungen und Alltagsstress abfließen. Lösungen tun sich auf. „Der Körper weiß“ welche Bewegungen ihm gut tun.

Aus Gründen großer Wirksamkeit dieser Arbeit sollte sich jede Person Zeit zum Nachspüren nehmen.

Ort:

Sauna Kutenholz
Therapiebecken 5m X 8m
27449 Kutenholz
Königsberger Ring 25

6 Termine in Kutenholz - 2012

15. Januar, 26. Februar, 25. März
06. Mai, 21. Oktober, 11. November

1 Termin in der Soltau-Therme - 2012

Samstag 7. Juli

bei drei Anmeldungen pro Termin findet die Wasserarbeit statt

Beginn

der jeweiligen Sitzung wird den Teilnehmerinnen mitgeteilt.
Das Bad in Kutenholz ist durch einen Extraeingang zu erreichen.
Vor Beginn der Einzelstunde bitte umkleiden und duschen.

mitzubringen sind

Handtuch, Fön (auch vorhanden), Badeanzug,
Nasenklemme(bei mir zu kaufen für 3,00 €),
Badelatschen, Bademütze (falls nötig)

Honorarkosten: 80,- Euro, Badkosten: 30,- Euro
Geld bitte passend im beschrifteten Umschlag mitbringen oder nach Absprache in der Praxis zahlen

Jede Person nimmt auf eigene Verantwortung teil