

Ein Spätsommer-Wochenende im Schwarzwald

Neugierig auf mich – Lebendigkeit entdecken – Körperweisheit wahrnehmen



1.-3. September 2023

Zeit für mich. Innehalten. Meine Lebendigkeit und Kreativität (wieder) entdecken. Genießen. Mich spüren. In meine Kraft kommen. In Verbindung sein. Mit mir, den Anderen und der Natur. Lauschen, auf das, was mein Körper mir sagt. Spüren, was mir genau jetzt guttut.

In einem gemütlichen Schwarzwaldhaus mit viel Natur und sauberer, frischer Luft, im Herzen des Hochschwarzwaldes in der Nähe des Schluchsees auf 1030 m. Wir haben das ganze Haus für uns.

Genüssliche, freudvolle und heilsame Bewegung. Sie entsteht aus dem Moment heraus. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Du bist willkommen, so wie du bist. Es geht nicht darum, bestimmte Schrittfolgen oder eine Methode zu erlernen, sondern dem eigenen Bewegungsfluss zu folgen.

Selbsterfahrung und Stärkung der Intuition stehen im Mittelpunkt. Wir wollen unsere eigene Körperweisheit wecken und wieder entdecken und anknüpfen an das, was wir intuitiv schon wissen. Wenn ich einen guten Kontakt zu mir selbst habe, kann ich auch wieder die Verbundenheit spüren zu meinem Gegenüber, zur Gruppe und zur Natur.

Ablauf/Kurszeiten:

Freitag: nachmittags Ankommen bis 18 Uhr, Begrüßungskreis, Abendessen und ca. 1,5 Std. Kurs
Samstag: 10-13 Uhr und 15-18 Uhr Kurs (morgens: Yoga vor dem Frühstück, kneipen oder schon schwimmen im Schluchsee; abends: Feuer im Garten, tanzen, singen, ...)
Sonntag: 10-13 Uhr Kurs, gemeinsames Mittagessen und Abschlusskreis

Kosten Freitag bis Sonntag:

Kurs: 155 Euro (Zahlung mit Anmeldung).
Zimmer/Verpflegung: ½ Doppelzimmer 90 Euro, Alleine im Doppelzimmer 130 Euro.
Es gibt leckeres vegetarisches Essen, frisch gekocht und möglichst bio & regional.

Verlängerungstage davor/danach gerne möglich.



Leitung: Solveig Marita Bissinger
Tanzpädagogin, Leiterin für Kreativen Tanz und Heilsame Bewegung
Holistische Tanz- und Bewegungstherapie
<https://holistische-tanztherapie.de/portfolio-items/solveig-marita-bissinger/>

Anmeldung & gerne auch Fragen stellen:
solveig_bissinger@hotmail.com oder +49-170-1630515