

Skan Workshop



15. – 17. März 2019
in Rottenbach / Österreich

mit Ingrid Bergmann und Rainer
Conrad

Wochenende mit
Skan Körperarbeit, Atemritualen, Streaming Theatre und Meditation

Mit diesem Workshop wollen wir Raum und Möglichkeit zu intensiver Selbsterfahrung und persönlicher Weiterentwicklung bieten.

"Um unser Leben freudvoll, eigenverantwortlich, mitfühlend und frei gestalten zu können, benötigen wir ein tiefes Verständnis und eine Verankerung im Körper: Ein "Mit-Sich-Sein" Dieses Einverständnis mit sich selbst bildet die Basis, um aus dem eigenen lebendigen Kern heraus kraftvoll und mitfühlend in der Welt zu sein. Skan Körperarbeit hilft uns in besonderem Maße, den eigene Körper als untrennbaren Teil unserer individuellen Existenz zu erleben, zu begreifen und auszufüllen. Wir lernen nicht nur unseren eigenen Verletzungen und Ängsten zu begegnen, sondern auch unserer ganz eigenen Sehnsucht und Lebendigkeit Ausdruck zu verleihen."

Wir bieten diesen Workshop mit Körper- und Ausdrucksarbeit nun im dritten Jahr gemeinsam an und freuen uns darauf, alte und neue TeilnehmerInnen zu sehen.

Beginn ist Freitag 15. März um 16 Uhr, Ende am Sonntag gegen 13 Uhr.

Kosten: € 290,- (plus € 126,- Unterbringung im DZ und Verpflegung, Vollpension / € 10,- Aufpreis für EZ)

Ort: Seminarhof Schleglberg, Holzhäuseln 12, 4681 Rottenbach

www.seminarhof-schleglberg.at

Weitere Infos und Anmeldung:

Ingrid Bergmann ingrid_bergmann@aon.at

00 43 650 3741631

Rainer Conrad conrad@skanakademie-koeln.de

00 49 178 6514815

