



Skan

Jahresgruppe

2022/2023

mit Susanne Graff und Rainer Conrad

Diese fortlaufende Selbsterfahrungsgruppe richtet sich an Menschen, die an Körperarbeit und persönlicher Weiterentwicklung interessiert sind. Sie bietet die Möglichkeit, kontinuierlich und aufbauend Skan in der Gruppe praktizieren zu können. 6 Wochenenden intensiver Körperarbeit mit Bewegung, Atem- und Stimmarbeit, Mattensitzungen, Bühnenarbeit und Meditation.

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 eigenen 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.

Es ist uns ein besonderes Anliegen, in einer zunehmend individualistisch geprägten Gesellschaft einen Raum zu schaffen für Innehalten und Spüren und für die elementare Erfahrung von Zugehörigkeit und Verbindung auf der einfachsten Ebene, die uns gemeinsam ist: Dem menschlichen Kontakt und dem energetischen „miteinander-Sein“.

Termine 2022: 16. - 18. September / 21. - 23. Oktober / 25. - 27. November / 16. - 18. Dezember
2023: 20. - 22. Januar / 3. - 5. März / 31.3. - 2. April / 5. - 7. Mai / 2. - 4. Juni

Die Wochenenden beginnen jeweils Freitag um 17 Uhr und enden Sonntag um 13 Uhr.

Kosten der Halbjahresgruppe € 2250,- (9 Raten a € 250,- zahlbar jeweils an den Wochenenden).
Bei Übernachtung im Studio kommen 10,-/Nacht Übernachtungspauschale hinzu.

Anmeldungen und Informationen:

SkanAkademie Köln

Widdersdorferstrasse 183 in 50825 Köln

Tel.: 02425-9033931

graff@koerpertherapie-praxis.com / conrad@skanakademie-koeln.de

www.skanakademie-koeln.de