

Mit Atem, Bewegung und Stimme neue Räume im Innen und Aussen entdecken und beleben - sich ausgleichen



Ein Kursmorgen für neugierige Menschen, die in einfachen Übungen in Bewegung und Ruhe, mal mit oder ohne Töne erleben möchten, was es bedeutet, mehr Raum im eigenen Körper einzunehmen und diesen mit der Stimme zu verbinden und gestalten. Sie verspüren dabei möglicherweise einen Zuwachs an innerer Kraft und Ausgeglichenheit, die Stimme klingt natürlicher und es eröffnen sich vielleicht neue Perspektiven.

Zeit Samstag 10.00 - 13.00 Uhr
Ort Bern, Schule Juueso, Stockerenstr. 8
Datum 26.10.2024

Zeit Samstag 10.00 – 13.00 Uhr
Ort Aarau, Bewegungsraum Alegria,
Küttigerstr. 42
Datum 23.11.2024



Kosten je Fr. 105.-, inkl. Pausenverpflegung
Kleidung Bequeme Alltagskleider und rutsch-
feste Socken

Anmeldeschluss ist 3 Tage vor Kursbeginn. Die
Anmeldung ist verbindlich und kostenpflichtig.
Versicherung ist Sache der Teilnehmer:in

Info und Anmeldung
Atempraxis Regula Mühlethaler
Bachstr. 33
5034 Suhr
079 257 07 75
atempraxismuehlethaler.ch