



LANDESFACHSTELLE
MÄNNERARBEIT
SACHSEN

Körper- und Selbsterfahrung
für Männer 21.03. – 20.06.2023

VON KOPF BIS FUSS

KÖRPER- UND SELBSTERFAHRUNG
FÜR MÄNNER
21.03. – 20.06.2023

Alles o.k. soweit... Passt schon... Du funktionierst auf Arbeit, aber manchmal bleibt der Körper auf der Strecke. Zuhause läuft alles, aber zu Gefühlen bekommst du keinen Zugang.



VON KOPF BIS FUSS

Körper- und Selbsterfahrung für Männer

Dieser Kurs ist eine Einladung, neu mit sich selbst in Kontakt zu kommen: Den Mann als Ganzes zu entdecken, mit allem Drum, Drin und Dran!

Mit gestärkter Körperwahrnehmung bist Du bereit, genauer hinzuschauen: Was stimmt und passt für Dich, was nicht? Wo haben sich Verhaltensweisen eingeschlichen, die dir nicht mehr guttun? Wo brauchst du mehr Aufmerksamkeit oder Veränderung?



Neugierig für eine Frischzellenkur der anderen Art? Dann lass uns starten. Auf Dich warten Bewegung, Inspiration und praktische Tools für den Alltag.

Geschlossene Gruppe, max. 12 Teilnehmer

Termine: Dienstags 18.30 – 21.00 Uhr: 21.03., 04.04., 09.05., 23.05., 06.06., 20.06. // Intensivtag: So, 23.04. (10.00 – 17.00 Uhr)

Kosten: 470,- € // Anmeldung bis 14.03.2023

Einführungsabend: Dienstag, 07.03., 18.30 – 20 Uhr,

Kosten: 35,- € // Anmeldung bis 01.03.2023

Ort: Seminarzentrum Johannes Schmidt, Grunaer Weg 27, 01277 Dresden

Veranstalter: Landesfachstelle Männerarbeit Sachsen

Kursleitung: Rachel Raoul *1970, Systemischer Coach, Körper- Tanztherapeutin und Achtsamkeitstrainerin
www.expression-corporelle.com

Stefan Beier *1965, Körper- und Bewegungstherapeut, Männercoach und Paarberater, www.juma-sachsen.de

Info: rachou@gmx.net // 0151 20613308
stefan.beier@juma-sachsen.de // 0178 6010630

Anmeldung: www.juma-sachsen.de/verein/veranstaltungen oder über die Kursleitung

