

BODYWORK

Najaar 2020 *Doe mee!*



Wat is het? Bodywork haalt je uit je hoofd en brengt je in je lichaam. Iedere keer werken we met een ander thema dat we koppelen aan beweging, ademhaling en interactie met elkaar.

Wat levert het je op? Bodywork geeft je meer lichaamsgevoel. Na een uur bodywork zul je je veel meer aanwezig voelen. Ruimer in je lijf, meer verbonden met jezelf en met de mensen om je heen. Je ontdekt hoe jij omgaat met gevoelens die opkomen als je meer in je lijf komt.

Wanneer? Wij bieden per kwartaal een of twee nieuwe cycli aan. Daarvan is de eerste bijeenkomst gratis en volledig vrijblijvend. Vanaf de tweede bijeenkomst leg je je vast voor de rest van de cyclus zodat we met een vaste en vertrouwde groep door kunnen gaan. Minimale groepsgrootte 6 personen, maximaal 10 personen.

Dinsdag 10 - 11 uur @ Cordium

Nazomer 2020: 8, 15, 22 en 29 september, 13 en 20 oktober. Kosten €90,-

Najaar 2020: 10,17,24 november, 1,8 en 15 december. Kosten €90,-

Voor wie?

Voor iedereen die meer verbonden wil raken met zichzelf. Voor wie nieuwsgierig is hoe je dat op een onderzoekende en soms speelse manier bereikt. Conditie of lenigheid zijn hierbij niet van belang.

Wie zijn wij? Wij zijn Lea Hütter-Quaas en Amber Vrancken, enthousiaste beoefenaars en Core Energetics Therapeuten. Met veel plezier geven we allebei individuele lichaamsgerichte therapie en samen deze bodywork groepen en andere workshops.

Heb je interesse of vragen, bel ons of stuur ons een mailtje.

Lea info@terracotta-nijmegen.com 06-41139820

Amber avrancken@hotmail.com 06-16488853

