



Få en Ind i krop-oplevelse

(kalender gaven til dig selv)

Jeg vil gerne invitere til en forlænget weekend med kroppen som omdrejningspunkt. Så har du lyst til at fordybe og boltre dig i kropsterapiens og kropsudfoldelsens verden så kom til et ene-stående kursus hvor du kan invitere livets eliksir til at flyde stærkere i dine årer.

At give plads til, kroppens sprog, lytte og afkode, mærke og følge....er noget vi moderne mennesker ofte har glemt!

Selvom vi lever i en kropsfikseret kultur, samarbejder vi ikke nødvendigvis med vores krop og energi.

Snarere er der måske en tendens mod at "presse citronen" og kræve og diktere mere og mere af vores organisme.

Det giver pres (og undertiden stress) og inviterer ikke til at lytte til hvad kroppen fortæller.

Vi skal, på kurset, arbejde med at invitere og opbygge sanselig, levende livskraft, mere nu-nærvær og fundament. Dechifrere og opleve koden din krop taler i. Det er høj-intelligent ærligt sprog, kroppen lyver aldrig! Taler bare på sin helt egen måde.

Det bliver en weekend med bevægelse, følelser, krop, proces, menneske-møder, saft og kraft. Jeg bruger virkningsfulde redskaber fra kropsterapi og gestaltterapi til at vække kroppens kompas. Og du vil gå derfra med pulserende liv, klar til julens fester og oprindelige ide: hjerternes møde!

Weekenden henvender sig til mennesker der vil mærke og følge kroppens forunderlige sprog, dykke dybere og flyve højere. Både nye og erfarne er velkomne. Så har du været nysgerrig på den kropsterapi jeg står for, eller vil du bare nyde at dykke derind igen, så er det nu! For jeg laver jo for det meste længerevarende kurser!

Tid: 8-11 dec start torsdag aften kl 19 og slut søndag med frokost kl 13

Sted : Katrinedal gl. Vandrerhjem syd for Silkeborg , skøn natur ild i pejsen

Pris: 2400 kr for kurset

Logi og vidunderlig kost lavet af Tina Ranløv : 1600 kr

min 12 deltagere

Super-Godt tilbud: Hvis du påtænker at melde dig til mit længere varende Heart Core forløb der starter til feb 2017, vil jeg modregne denne weekends kursuspris i kursusprisen for Heart Core (tidlige kaldt 2års-gruppe)forløbet.

Så dette kursus faktisk bliver **gratis!!**

Så kan du også fornemme om formen tiltaler dig.

Du kan se Heart Core beskrivelsen på www.annemarietroelsen.dk under kurser, eller mail mig så sender jeg kursusbeskrivelsen.

Hurtig tilmelding helst inden 10 nov på woman@post6.tele.dk eller 27287662