



Mittwoch, 19. Juni und 26. Juni 2019, 17.35 – 20.25

## **Blockaden lösen – loslassen – befreien!**

Musik ist eine spezielle Form der Berührung! In Kombination mit Bewegung ist Musik ein wunderbares Mittel, um sich von den Gedankenkreisen und Gefühlsblockaden, die sich im Alltag einschleichen, zu befreien.

Du wirst anhand verschiedener Übungen aus dem Ganzheitlichen Körpertraining und Konzepte aus der Psychologie herausfiltern, wo du stehst, was dich einengt oder blockiert. Durch Bewegungen und Atmungen, die in der Tiefe deines Körpers wirken, wirst du vieles loslassen und/oder aus einem anderen Blickwinkel betrachten können.

Die beiden Kursabende können nur zusammen gebucht werden. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Bitte Gymnastikdress oder Trainer inkl. Socken und Schreibzeug mitnehmen.

**Kosten: Fr. 160.—**

**Bitte bis spätestens zwei Wochen vor Kursbeginn anmelden, Anmeldeformular unten!**

# Anmeldung / Kursbedingungen

## Workshops/Kurse

- In allen Kursen mit Körperarbeit **bequeme Kleidung** und **rutschfeste Socken** tragen und für die Entspannungsübungen **etwas Warmes** zum Anziehen mitbringen. Aus hygienischen Gründen empfehle ich ein **Frottee-/Baumwoll-Tuch** für das Sitzen und Liegen auf den Matten.
- Bitte **Schreibzeug** mitbringen.
- Verpasste Lektionen werden nicht vergütet.
- Die Anmeldung verpflichtet zur Zahlung der Kurskosten, auch wenn der Kurs nicht besucht wird.
- Zahlung bitte eine Woche vor Kursbeginn. Falls gewünscht, bitte Einzahlungsschein verlangen.
- Versicherung ist Sache jedes einzelnen Teilnehmers.
- **Die Anmeldung wird nicht bestätigt.** Falls Sie keinen gegenteiligen Bescheid erhalten, findet der Kurs statt.
- Kaffee und Tee ist vorhanden. Bei Tageskursen gibt es in der Nähe die Möglichkeit sich zu verpflegen.
- Im Falle eines Falles: Mein Mobil 079 419 80 87

---

**Ich bin mit den Kursbedingungen einverstanden und melde mich an für:**

Kursname:..... Tag/Zeit.....

Kursdaten:..... Kurskosten:.....

Name..... Vorname.....

Strasse/Nr:..... PLZ/Ort:.....

Tel.-Nr..... Mobil: .....

E-Mail.....

Unterschrift:.....

**Senden an:**

**Praxis Atelier Be-weg-ung, Konstanzerstrasse 35, 8245 Feuerthalen**  
**oder [daniela.michel@shlink.ch](mailto:daniela.michel@shlink.ch)**  
**052 685 01 08 / Mobil 079 419 80 87**

**Zahlung per EZ oder:**

**Clientis BS Bank Schaffhausen, 8215 Hallau**

**Kto. 16 9.005.631.00, IBAN: CH45 0685 8016 9005 6310 0**

**[www.atelier-bewegung.com](http://www.atelier-bewegung.com) / [daniela.michel@shlink.ch](mailto:daniela.michel@shlink.ch) / [www.facebook.com/atelier.bewegung](http://www.facebook.com/atelier.bewegung)**