

# Die Leichtigkeit des Seins <sup>d</sup>

## KÖRPERWAHRNEHMUNG

mit Susanne Huth

**Sonntag, 13. Okt. 2024**

**09:30 -13:00 Uhr**

**Fühlen-Wahrnehmen-Ankommen** mit sehr einfachen, z.T. minimalen, mühelosen Bewegungen - den sog. TRAGER-MENTASTICS®. Geleitet von inneren Bildern, locken sie ein Gefühl von Unbeschwertheit und Leichtigkeit hervor und lassen sich sofort in den Alltag integrieren.

**Den Körper neu entdecken...**dazu lädt uns die innere Frage ein:

**„Was wäre leichter, müheloser, freier? “**

**Für ein beschwingtes Körpergefühl, einen klaren Kopf und eine tiefes „Geerdetsein“.**

**Sich berühren und bewegen lassen** - ganz bei sich sein und Nähe zulassen. Feinfühlig angeleitete Partnerübungen möchten inspirieren, die vielfältigen Nuancen von Berührung und deren Facettenreichtum zu entdecken. **Der Qualität von Berührung eine neue Dimension geben!**

Der Workshop ist besonders geeignet für alle Menschen mit therapeutischen, pädagogischen, pflgerischen oder künstlerischen Berufen, möchte aber auch grundsätzlich alle Menschen ansprechen, die lernen möchten, ihren eigenen Körper genauer zu spüren oder die sich einfach freier fühlen und beweglicher sein möchten. Der Workshop dient auch als Grundlage und Entscheidungshilfe, wenn Interesse an einem Level1 Seminar zur Ausbildung als TRAGER-PraktikerIn besteht.

**Kursort:** Studio GUANYIN, Saarbrückerstraße 78, 66132 Saarbrücken-Brebach  
**Seminargebühr:** 69,-€ (incl.19% MwSt.)  
**Anmeldung:** [trager@susanne-huth.com](mailto:trager@susanne-huth.com)

0681 3906458 / [www.susanne-huth.com](http://www.susanne-huth.com)