

AtemRaum

Wir wollen im AtemRaum unserem Körper und unserer Atmung Beachtung schenken. Atemwahrnehmung, Atemvertiefung und Atemräume entdecken.

Mit einfachen Übungen und Stilleinheiten führt uns Logopädin Celina Baldreich durch die drei unterschiedlichen Einheiten. Vorkenntnisse sind dazu nicht nötig, die Einheiten können auch unabhängig voneinander besucht werden. Eine Isomatte oder Fleecedecke ist hilfreich dabei zu haben.

Gebühren werden keine erhoben, um eine Spende wird gebeten.

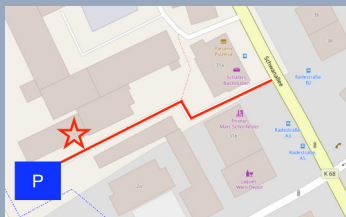
Anmeldung bitte per eMail an: c@baldreich.de

07.07. Atmen-Sprechen-Kauen: unser Kiefer.

04.08. Anspannung-Spannung-Entspannung

29.09. Atmung-Meditation-Körpergebet

jeweils 15-16:30 Uhr



Ort: Werkstatt am Schwanhof
(bei Schäfers Backstuben)

weiter raum

Weitere Informationen: www.weiter-raum-marburg.de