

Bewegungsgruppe

In achtsamer Begleitung öffne und halte ich den Raum für innere Entdeckungsreisen. Wir folgen der Schwerkraft, dem Fluss und den Impulsen durch die Bewegung.

Wir verbinden uns mit dem Atem und der Stille, wo sich Körper und Geist begegnen können. Musik kann als Dialogpartner hinzukommen.

In dieser wöchentlich stattfindenden Gruppe begleite ich euch im bewussten und respektvollen Umgang mit euch selbst und den anderen

In die gemeinsame Arbeit bringe ich die Freude und Faszination für den Reichtum der inneren Welt mit, die sich in Bewegung und Tanz ausdrücken möchte.



Schamanischer Heilraum
Remise im Hof
Residenzstraße 124
13409 Berlin

Embodied_Rituals
Conscious Movement

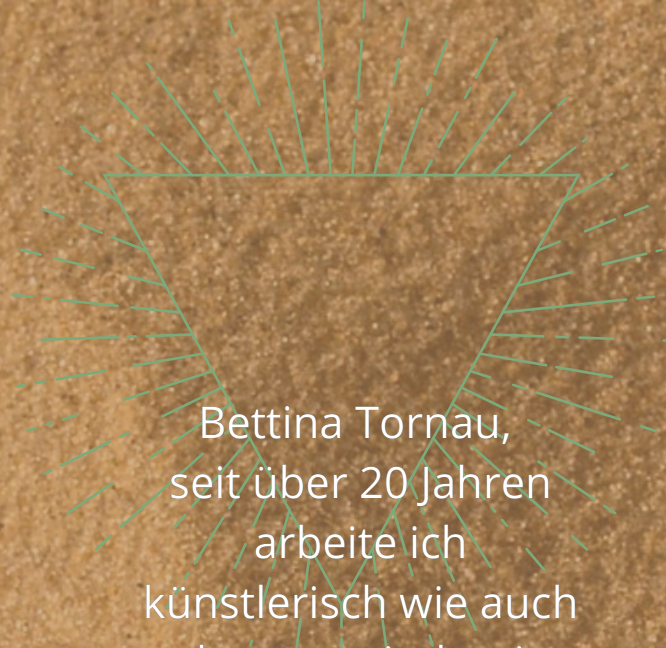


Donnerstags 19:30h-
21h

Anmeldung bitte unter:
bettinatornau@gmx.de

Teilnahme: 15€

Bitte bequeme Kleidung
mitbringen.



Bettina Tornau,
seit über 20 Jahren
arbeite ich
künstlerisch wie auch
therapeutisch mit
zeitgenössischem
Tanz. Meine
Erfahrungen aus
Meditation, dem
BodyMindCentering,
Amerta-Movement
Practice und
Authentic-Movement
werden Teil und
Inspiration für die
Arbeit in dieser
Gruppe sein.



Bachelor of Arts
-dance & performance-
Heilpraktiker für Psychotherapie
Integrale Traumatherapie
Kunst & Tanztherapie

bettinatornau@gmx.de
017629410347