

Balanceness Workshop

Mit dem Spiel für Erwachsene

Ohne Geräte



Balanceness Spiel für Zwischendurch

Nutzen Sie ihr Spiel noch effizienter und ziehen Sie mehr Sinn und Bewegungsanregung aus den, zur Selbstreflexion anregenden Fragestellungen, die Sie bei den Bewegungsausführungen vorfinden!

Workshop Dauer: 3 h (entweder in der Bewegungswerkstatt oder online möglich).

Inhalte:

- Das Balanceness Bewegungsspiel einfach für sich nutzen (praktische Anwendung im Alltag immer und überall mit einfachen Mitteln die Übungen finden, um seine ideale Bewegung zu aktivieren).
- Theorie und Hintergrund: Mein Spielraum, die 3 Balanceness Ebenen, die Balanceness Übungen, Ihr Ideal, Ihr Naturell und Enthusiasmus - Beflügeln meiner Einzigartigkeit und wie das Spiel, seine Systematik und die Bewegungen bei körperlichen Themen oder Lebensfragen helfen.
- Bewegungsbeispiele für die eigene Herausforderung, die Ihnen das Leben aktuell stellt, erspielen, durchführen und anhand dieser Sequenzen verstehen lernen, wie die Bewegungen helfen.

Preis Balanceness Spiel & Workshop: 230.- €

Falls Sie schon ein Spiel haben, kostet der Workshop noch 100,10.- €

Organisatorisches:

Sie sind mit mir als ihrem Trainer allein in der Bewegungswerkstatt oder online zugange. Das bringt Ihnen ein hohes Maß an Aufmerksamkeit meinerseits für Ihre individuellen Fragen und Anliegen.

Zahlung des Workshoppreises: Bitte vor dem Workshop auf meine Kontoverbindung, die ich Ihnen bei unserem Kontakt angebe.

Mitzubringen: Kommen Sie bitte in einer Kleidung, die Ihnen Bewegung gut erlaubt.
Keine Röcke!

Nutzen Sie den Workshop!



Kontakt

0664 2099270

Kundl Dorfstraße 18

(Im Jugendtreffhaus,
Ortszentrum)