

Sonnenzeit - genussvolles Sein



Der Sommer mit seinen lichtvollen Stunden lädt dich ein, die eigene Sonnenkraft zu spüren und für die Umsetzung deiner Wünsche zu nutzen.

In unserem Körpersystem ist das Becken das Zentrum für Stabilität. Es ist ein Gefäss für die inneren Organe und die Basis der Wirbelsäule. Das Becken ist ein schöpferischer Ort und verbindet uns mit der Urkraft der Mutter Erde - so wird es zu einem wichtigen Energiezentrum. Über das Becken geschieht Aufrichtung und Ausrichtung.

Die praktischen Erfahrungen, die an diesen beiden Nachmittagen gemacht werden können, werden übers Malen kreativ vertieft und mit Inputs aus der Anatomie und AlexanderTechnik bereichert.

Kursinhalt:

- Übungssequenzen aus der Alexandertechnik-Therapie
- Einbezug der Anatomie des Beckens / Beckenbodens
- Würdigen der Basis deiner weiblichen Kraft
- bereichernder Austausch in der Gruppe

Kursdaten: **2 Samstage, 13.Juni und 27. Juni 2026**

Kurszeit: 13 - 16.30 Uhr

Kurskosten: Fr. 320.- (inkl. Snacks und Material)

Kursort: Atelier mal-impuls, Baden – Dättwil

Kursleitung: Beatrice Meyer (AlexanderTechnik), Marianne Wiederkehr (Malen&Fussreflexologie)

Lass dein Becken ein Kraftort deiner Freude und die Umsetzung deiner Ideen sein.
Wir freuen uns auf dich.

Beatrice Meyer
AlexanderTechnik-Therapeutin
www.koerpertherapie-baden.ch



Körpertherapie Baden
Beatrice Meyer-Thüler

Marianne Wiederkehr
Maltherapeutin
www.mal-impuls.ch



Anmeldung gerne per Mail bis 6. Juni an Marianne Wiederkehr

Mail marianne@mal-impuls.ch oder phone 079 / 446 44 61