

Fangmichwenndukannst!



Der Körper spielt, die Seele lacht.

AB
18

Um ins Himmelreich einzugehen, muß man wieder Kind werden. Aber damit ein Mensch durch sein Leben zum Ausdruck bringen kann, daß er ins Himmelreich eingegangen ist, muß er zum zweiten Mal Kind werden. Kind sein, wenn man es ist - das ist leicht genug; aber es zum zweiten Male sein - das ist das Entscheidende.“

Søren Kierkegaard

Kinder die ihrem natürlichen Spieldrang nachgeben dürfen, sind die gesündesten Geschöpfe der Welt. Sie beanspruchen ihren Körper oft aufs Extremste und brauchen abends dennoch keinen Masseur, da ihnen diese Art der Bewegung keine Verspannungen beschert.

Wie kommt das?

Ein Schlüssel ist der emotionale Zugang zur Bewegung. Kinder haben einfach Spaß daran, an die Grenzen ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit zu gehen - und sie werden dafür reich belohnt. Spaß und Vergnügen sind Teil einer ausgeglichenen Lebensweise. Spielen hilft uns gesünder zu leben und kann uns dabei helfen unsere Wünsche schneller zu realisieren. Alle sind Gewinner - und darum geht es.

Und: Spielerische Bewegung wirkt entschlackend! Durch das Wechselspiel von Spannung und Entspannung bleiben unsere Muskeln langfristig im sauerstoffreichen (aeroben) Bereich und die Lunge, eines unserer wichtigsten Ausscheidungsorgane, pumpt dabei fortwährend alte, abgelagerte Giftstoffe aus dem Körper. Einer der Grundpfeiler des gesunden Körpers ist der ausgewogene Säuer-Basen-Haushalt. Chronische Übersäuerung macht uns krank.

Stress und Verbissenheit machen „sauer“. Spaß hingegen wirkt basisch!

Fangmichwenndukannst! lässt unser inneres Kind wieder aufleben und macht zugleich auch den Körper jünger. Spielen wird zur Therapie.

Zwei Stunden lang begeben wir uns als Erwachsene in die Welt der Kinderspiele und tauchen in deren Zauber ein. Eine durchdachte Abfolge von schnellen, temperamentvollen Spielen wird kombiniert mit kreativen und ruhigen Runden. Neue Varianten von „Klassikern“ sorgen für Spaß und Spannung - und der Humor begleitet uns den ganzen Abend lang ... oder noch länger!

TERMINE

19 Jänner 2012
16 Februar 2012
15 März 2012
19 April 2012
10 Mai 2012
14 Juni 2012
4 Juli 2012
13 September 2012
18 Oktober 2012
15 November 2012
13 Dezember 2012

SEMINARPREISE

1 Abend (120min) € 20 | 10er-Block € 180
10%-Bonus für Fastenimpulsteilnehmer

Alle Preise inklusive 20% USt und aller Abgaben.