



TA-Selbsterfahrung mit Qigong- Elementen

Dieser Workshop bietet die Möglichkeit, über bewegte Übungen aus dem Qigong sich selbst zu erfahren und Selbstkompetenzen zu aktivieren. In einer offenen, wertschätzenden Atmosphäre werden Bewegungsabläufe und Haltungen erlernt, ausprobiert und geübt, die das Wahrnehmungsspektrum erweitern helfen und neue Perspektiven unterstützen.

Workshop-Inhalt

Ziel ist die Öffnung eines Erfahrungsraums durch Körperbewegung. Das Qigong zugrunde liegende Konzept der beiden sich ergänzenden Wirkkräfte Yin und Yang wird in Bewegung erfahrbar, bietet Orientierung und lädt ein, seine eigene Balance zu entwickeln.

Bitte flache Schuhe und bequeme Kleidung mitbringen!

Der Workshop kann als Selbsterfahrung in der Weiterbildung zum/zur TA Berater*in, TA-Coach oder Zertifiziertem/r Transaktionsanalytiker*in genutzt werden.

Workshop-Leitung

Ramona Heister, Wirtschafts- und Gesundheitswissenschaftlerin/Erwachsenenbildung (M. A.), Lehrbeauftragte, Qigong- und Taiji-Ausbilderin (DDQT), freiberufliche Trainerin und Prozessbegleiterin, TA-Beraterin

Termin	30. – 31.10.2021
Teilnehmerzahl	8 – 12 Teilnehmende
Zeit und Ort	9.30 – 17.30 Uhr zeit:sinn, Gonsenheimer Straße 56, 55126 Mainz-Finthen
Kosten	400,00 € zzgl. MWST
Anmeldung	info@anette-dielmann.de oder info@fassbenderhochzwei.de