



Oorsprong en ontstaan

14 maart van 10.00-12.30

Ons hele leven zijn we in ontwikkeling en in staat om te veranderen. We zijn ontstaan in water en gevormd door water. We komen voort uit beweging. Begonnen als ééncellig wezen ontwikkelen we in de baarmoeder tot een complexe, wonderschone baby. Na de geboorte gaat de ontwikkeling door tot dat we uiteindelijk leren lopen en staan. Wat we in deze tijd leren is bepalend voor hoe we later door het leven gaan. Maar het is niet zo dat alles voorgoed vast ligt. Het plezier in bewegen terug vinden is van groot belang om gemakkelijk te bewegen. Door terug te gaan

naar het begin creëer je nieuwe kansen op gemak en efficiëntie.

Bij de workshops 'Beleving in Beweging' focus je op wat je lichaam wil en wat jouw eigen lichaam goed doet. Je zintuigen worden op een speelse manier geprikkeld om ruimte te creëren voor verandering. Verbeelding, muziek en beweging ondersteunen het proces.

zaterdag 14 maart 10.00-12.30
kosten: € 37,50
Voor meer zie:
www.studionoraknol.nl