

DIE KUNST DER SELBSTBE- STIMMUNG

Grenzen
spüren —
Freiheit finden

C
STUDIO
R
VERBINDUNG ERLEBEN



hallo@studiocor.de
www.studiocor.de



C
STUDIO
R
VERBINDUNG ERLEBEN

Faszinierend und gleichzeitig komplex: die eigenen Grenzen. Sie stellen uns vor Herausforderungen und ebnen den Weg zu innerem Wachstum. In der Auseinandersetzung mit dem Thema Grenzen kommen wir an der Wut nicht vorbei: eine kraftvolle und oft missverstandene Emotion.



Johanna

Johanna Schottmann — eine lebendige, warmherzige und aufmerksame Frau in jeder Lebenslage. Ihrem Gegenüber zuzuhören ist ihr ebenso wichtig, wie Hilfe zur Selbsthilfe zu geben. Als Heilpraktikerin für Psychotherapie und Körpertherapeutin bereichert sie deinen Weg.

Simona

Simona Grotwinkel — ist immer zur richtigen Zeit am richtigen Ort. Ihre gelassene, ruhige und zugewandte Art ermöglicht es dir dich selbst in Sicherheit zu erfahren. Aufmerksam, liebevoll und stark begleitet sie deinen Weg als Heilpraktikerin für Psychotherapie und Körpertherapeutin.

→ Mit den Ansätzen der Körpertherapie werden wir durch Massagen, stärkende Erfahrungen in der Gruppe und Körperwahrnehmungsübungen die eigenen Grenzen kennen- und verteidigen lernen. Denn nur ein klares Nein, ermöglicht auch ein aufrichtiges Ja.

Zusammen wollen wir die Angst vor der Wut verlieren, ihre lustige Seite entdecken und sie letztendlich auch feiern.

Wir laden Dich ein, diesen Kosmos mit uns zu erkunden.

→ 27./28.4.2024

Sa 10-18 Uhr
So 10-15 Uhr

→ Sonnenklang
Schule
Ottensen

Bahrenfelder Str. 255
Im Hinterhof
22765 Hamburg

→ Preis

195€
(Ermäßigung auf Anfrage)

→ Anmeldung

per E-Mail an
hallo@studiocor.de

