

Fortlaufende Gruppe

Einstieg jederzeit möglich

Gruppen-Heileurythmie

Anja Peters Heileurythmistin / Frauenärztin

jeden **Mittwoch**

von **12 - 13 Uhr**

im Seminarraum der Praxis Peters (Hofeingang)

Heintzestr. 37, 24582 Bordesholm



*In Einklang kommen –
mit sich und der Welt*

Was ist Heileurythmie?

Eurythmie bedeutet übersetzt „**der schöne Rhythmus**“. Heileurythmie ist als Bewegungstherapie darauf ausgerichtet, den Menschen innerlich, wie äußerlich wieder ins **Gleichgewicht zu bringen** - während und nach einer schweren Krankheit, aber auch präventiv, um **Vitalität, Regenerationsfähigkeit** und Gesundheit zu **fördern**.

Elemente aus Sprache und Musik werden mit dem ganzen Körper in Gesten und Bewegungsabläufe umgesetzt, um spezifische Wirkungen im gesamten Organismus oder einzelnen Organsystemen hervorzurufen.

Wir werden mit einfachen Übungen im Sitzen, Stehen und Gehen beginnen und sowohl anregende, belebende als auch beruhigende, erdende oder strukturierende Wirkungen erfahren und wahrnehmen lernen.

Keinerlei Vorkenntnisse erforderlich!

Dieses Gruppenangebot lädt auch die Patienten/Innen ein, die bei uns eine Intensivkur bei Erschöpfung, Herz-Kreislaufkrankung oder Krebs machen.

Kosten: 25,00 € (begrenzte Teilnehmerzahl)

Anmeldung erbeten bis jeweils Montag über
anmeldung@peters-bordesholm.de oder Tel. 04322 888 090