



The spirit

(...) It could float, of course,
but would rather
plumb rough matter.
Airy and shapeless thing,
it needs

the metaphor of the body

lime and appetite
the oceanic fluids

it needs the body's world,
instinct
and imagination
and the dark hug of time,
sweetness
and tangibility
to be understood,
to be more than pure light
that burns
where no one is -- (...)

Mary Oliver

Zeiten und Kosten für den Sommerkurs

So: 17- 20 h / Mo bis Do: 10.00 - 18.00 Uhr
mit einer zeitlich flexiblen, längeren Mittagspause
für 25 Stunden Unterricht 470.- CH Franken

Anmeldung und Information

thearytz@hotmail.com - 078 600 33 49

Sobald die Anmeldung von uns bestätigt wird, ist sie verbindlich. Bezahlung bar bei Kursbeginn oder Einzahlung auf IBAN CH98 0900 0000 3009 3273 4
Thea Rytz, 3012 Bern

Zeichung: Peter Aerni

Authentic Movement

Authentic Movement lädt uns ein, dem Erleben im Moment Raum zu geben und mit geschlossenen Augen wertfrei in Bewegung zu kommen. Der achtsame und behutsame Rahmen dieser Praxis unterstützt uns darin, den Ausdruck des Körpers geschehen zu lassen und diese Erfahrung wohlwollend und offen zu erkunden. Das zutiefst menschliche Bedürfnis, gesehen zu werden, kann sich in verantwortungsvoller und wohlwollender Atmosphäre entfalten. In anschließenden Reflexionsphasen kann sich das Erfahrene weiter integrieren.

Schwerpunkt der Woche ist das Angebot, immer wieder großzügig und geräumig in das eigene Erleben einzutauchen und das Potential dieses offenen Raumes in sich wirken zu lassen.

Der Kurs ist offen für alle Interessierten und lädt sowohl zum Einstieg als auch zum Vertiefen der Praxis ein.

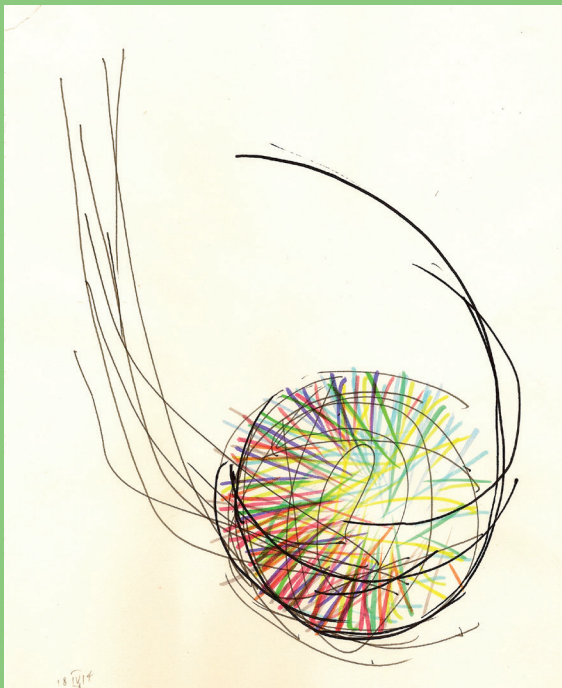
Christine Mauch

Tänzerin, Shiatsu-Praktikerin, Übersetzerin. Unterrichtet Körperarbeit und Bewegungsimprovisation und ist in Berlin in eigener Praxis tätig. Authentic Movement praktizierte sie u.a. bei Mandoline Whittlesey, Alton Wasson, Susan Schell und Irmgard Halstrup.
www.shiatsu-mitte.de

Thea Rytz

Körperwahrnehmungstherapeutin, Dozentin und Autorin, u.a. von: Achtsam bei sich und in Kontakt, Hogrefe 2018. Authentic Movement praktiziert sie u.a. bei Tina Stromsted, Janet Adler, Mandoline Whittlesey, Alton Wasson und Susan Schell. www.thearytz.ch

Sommerkurs in Authentic Movement mit Christine Mauch und Thea Rytz



So 9. Juli 17-20 h / Mo - Do 10.-13. Juli 2023 10-18 h
mit einer zeitlich flexiblen, längeren Mittagspause
offen für alle Interessierten

Zwischenraum Mauerrain 5 - 3012 Bern
4 Gehminuten vom Bahnhof