



# Körperarbeit – Embodiment

Eintauchen in die Welt des eigenen Körpers

Ein Workshop mit Dr. med. Bettina Wurm

**Freitag, 4.11.2022, 18-21 Uhr oder**

**Samstag, 5.11.2022, 10-13 Uhr**

in den Räumen der Christuskirche Lich, Heinrich-  
Neeb-Str. 17

Elemente der Körperwahrnehmung, Atemübungen, Faszienarbeit, Entspannung und ein bisschen Kraft stehen auf dem Programm, um in eine bessere Verbindung mit dem eigenen Körper zu kommen. Auf individuelle Einschränkungen wird eingegangen. Bitte Gymnastikmatte mitbringen. Bequeme Kleidung ist hilfreich. Anmeldung unter [info@drwurm.de](mailto:info@drwurm.de)