



# Körperarbeit – Embodiment

Eintauchen in die Welt des eigenen Körpers

Ein Workshop mit Dr. med. Bettina Wurm

**Samstag, 20.7.2024,**

**10-13 Uhr** oder **16-19 Uhr**

in der Atelierkirche in Volpertshausen, Kirchgasse 1,  
Gemeinde Hüttenberg, Kostenbeitrag 48 €.

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. Buchbar über die Homepage der Gemeinde Hüttenberg Hütteinander.