

Körper- und
Atemarbeit

und *Streaming*
Theatre



Seminare Herbst 2013 - Frühjahr 2014

Lebendigkeit

Fließen

Geborgenheit

IM JETZT

Atmen

Spielen

Achtsamkeit

Entspannung

PRÄSENZ



SEIN

Freude

Streaming Theatre

Streaming (dt. *Strömen*) ist ein Begriff aus der Biologie und bezieht sich auf die Verbindung zwischen den Zellen. Jede Zelle hat ihre eigene Integrität und arbeitet mit allen anderen Zellen zusammen. Diese Kommunikation der Zellen miteinander hat Reich *Strömen* genannt. *Theater des Strömens* fokussiert auf die schlichte Beobachtung unserer Empfindungen und den gefühlten Ausdruck der daraus entsteht. Es ist überraschend und macht Freude, sich auf diese Weise kennen zu lernen.

Termin | Samstag, 22. März 2014

Zeit: 10 - 13 und 15 - 19 Uhr

Kosten: CHF 150,- oder Euro 120,- pro Tag

Bitte anmelden.



Unwinding

Offene Atemgruppe*

Atmen. Immer wieder tief durchatmen, sich durch Widerstände und Bedenken durchatmen. Sich durch Angst, Scham und Bewertungen durchatmen. Sich frei atmen, sich inneren Raum atmen. Unwinding heißt soviel wie enttüdeln, entschrauben, entknoten, entspannen. Spannungen und Blockaden abbauen, getragen werden, den Körper sprechen lassen.

Aktuelle Termine auf meiner Webseite

Zeit: Freitags 19 - 22 Uhr, monatlich

Kosten: CHF 60,- oder Euro 50,- pro Abend

Die Teilnahme an einzelnen Abenden ist möglich.

Bitte anmelden.

Bodywork Intensive

Die Jahresgruppe* mit integrierter Einzelarbeit

bietet Zeit und Raum zur Entfaltung von körperlichen und psychischen Prozessen.

Atem, Tanz, Bewegung, Streaming Theatre, Meditation. Atem ist Leben, Energie und schafft Raum. Atem stärkt die eigene Präsenz und Lebensfreude im Hier und Jetzt.

Termine | 2. November 2013 - 5. Juli 2014

Zeit: jeden ersten Samstag im Monat

10 - 13 und 15 - 19 Uhr

Daten: 2. November, 7. Dezember 2013

4. Januar, 1. Februar, 1. März, 5. April, 3. Mai,

7. Juni, 5. Juli 2014

Kosten: CHF 150,- oder Euro 120,- pro Tag

Der erste Termin ist zum kennen lernen unverbindlich.

Danach ist eine verbindliche Teilnahme gewünscht.



Sarah Gielen

Dipl. Psych. | Heilpraktikerin für Psychotherapie

Trainerin für Reichianische Körperarbeit
und Cantienica.

Seit 1996 in freier Praxis tätig in Deutschland,
Österreich und der Schweiz.

*Die Teilnahme setzt eine einführende Einzelsitzung voraus. Ein Einstieg in eine laufende Gruppe ist nach Absprache möglich. Für alle Gruppen ist eine Anmeldung erforderlich.

**Alle Informationen finden Sie unter
www.sarahgielen.net**

ALLE VERANSTALTUNGEN FINDEN STATT IN DER

Praxis für ganzheitliche Körper- & Atemtherapie

Guyer-Zellerstrasse 6, 8620 Wetzikon

Telefon +41(0)76 340 90 14

www.sarahgielen.net

Sarah Gielen

Dipl. Psych. | Heilpraktikerin für Psychotherapie

Vegetotherapie nach Wilhelm Reich

Cantienica® Methode für Körperform & Haltung

Cranio-Sacral-Balancing

Ernährungsberatung

**„... dass Atmen ist neu anzufangen,
dass er allen Widerstand löst,
so wie Bedeutung sich vom Leben löst,
oder Dunkelheit vom Licht.
Dass es Atem ist, was ich ihnen gebe,
wenn ich meine Liebe sende.“**

Zitat aus „Breath“