



Bindung - Verbundenheit - Kontakt

Das Kind lernt Bindung und Verbundenheit in den ersten Lebensjahren. Es durchläuft eine im besten Fall natürliche Entwicklung von Attachment, Bonding und Connectedness (im englischen), also zuerst eine sehr enge „klebende“ Verbindung mit der Bezugsperson (Mutter, Vater), darf dann im besten Fall lernen, die Bezugspersonen langsam aus seinem Raum zu schieben, um dann ab der Autonomie in Verbundenheit gehen zu können, also seinen eigenen persönlichen Raum zu installieren.

Oft konnten wir diese Entwicklung nicht angemessen durchlaufen, haben vielleicht schon früh Kontaktabbruch erlebt und leiden bis heute unter unsicheren oder ambivalenten oder dysfunktionalen Beziehungen. Viele Menschen vermeiden es sogar in enge Beziehungen zu gehen und bleiben lieber allein.

Wir werden an den beiden Tagen im achtsamen geschützten Raum anhand von körperlichen Übungen und Theorie unsere Bindungshaltungen erforschen und neue gute Erfahrungen erlebbar machen und nachspüren, wie wir so gestärkt und selbstwirksamer in Kontakt gehen können. Wir nutzen dabei die spezifischen Bindungs-Muskeln und aktivieren diese anhand altersspezifischer motorischer Bewegungen. Es wird genügend Raum für Selbsterfahrung, persönliche Fragen und Themen sein.

Dieser Workshop ist sowohl ergänzend für die Teilnehmer des Foundation oder Practitioner Trainings gedacht, als auch als Einführungsworkshop für das Bodydynamic Foundation Training, das ab Ende Oktober hier in Luzern mit den gleichen Lehrern stattfinden wird. (Flyer gerne auf Anfrage.)

Bodydynamic Workshop am 13./14. September 2025 (Samstag/Sonntag)

täglich von 10 bis 17 Uhr

im Wäsmeli-Träff, Großer Saal, Landschauenstrasse 6, 6006 Luzern, Schweiz

mit **Anna Wolter**, Bodydynamic Therapeutin und Trainerin

und bei genügend Teilnehmern auch mit **Carlo Le Sage**, Bodydynamic Therapeut und Trainer

Kosten: bis 31. Juli 2025 Early Bird 300,- €, ab 1. August 2025 340,- €, - €, aktuell Mehrwertsteuerbefreit

Informationen und Anmeldung über Anna Wolter, Praxis für Bodydynamic, Feldhauser Weg 12, 40764 Langenfeld, 0177/8728885, anna.wolter@outlook.com



Anmeldung:

Hiermit melde ich mich verbindlich für den Bodydynamic Workshop an.

Kursbezeichnung: Bodydynamic Workshop Bindung – Verbundenheit - Kontakt

Kursdatum: 13./14.September 2025 mit Anna Wolter (u. evtl Carlo Le Sage)

Kursort: Wäsmeli-Träff, Großer Saal, Landschauenstrasse 6, 6006 Luzern, Schweiz

Kurspreis: **300,- € Early Bird bis 31.7.2025, ab 1.8.2024: 340,- € Mehrwertsteuerbefreit**

Name:Vorname:

Strasse:

PLZ:Ort:.....

Telefon privat/mobil:

E-Mail:

Beruf (Angabe freiwillig):

Bitte senden Sie dieses Formular per Mail oder Post an: Anna Wolter, Praxis für Bodydynamic, Feldhauser Weg 12, 40764 Langenfeld, 0177/8728885, anna.wolter@outlook.com

Die Anmeldung wird mit der Überweisung der Anzahlung in **Höhe von € 75,-** oder der vollen **Kursgebühr in Höhe von € 340 oder Early Bird € 300,-** voll wirksam.

Kontoverbindung: Anna Wolter, Stadt-Sparkasse Langenfeld, IBAN: DE69 3755 1780 1020 1433 74

Bitte beachten Sie: Wir bitten um Verständnis, dass aus vertragsrechtlichen Gründen bei einer Absage später als 4 Wochen vor Kursbeginn die gesamte Kursgebühr zu zahlen ist, außer der Teilnehmer oder der Organisator können eine Ersatzperson stellen. Bei Absagen, welche früher als 4 Wochen vor Kursbeginn erfolgen, wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von € 75,- einbehalten.

.....

Ort, Datum und Unterschrift