



CONTINUUM WORKSHOP

ATEMRAUM ~ BEWEGUNG ~ KLANG

29 - 30 März 2025
10:00 - 17:00 Uhr

mit Volker Moritz

Zürich
Raum für Yoga
Bremgartnerstrasse 18

Wie kommuniziert der Fisch, wenn er mit dir im Wasser schwimmt?

Die Klänge, die deinen Körper informieren.

Innere und äussere Bewegungen deines Körpers. Wie Wellen, die die Antwort deiner Fragen tragen.

Eine Reise in die Welt der fliessenden Leichtigkeit, achtsamen Präsenz und verkörperten Kreativität.

Continuum ist eine von der Körperpionierin und Visionärin Emilie Conrad (1934 - 2014) entwickelte somatische Praxis, welche sich der ursprünglichen und flüssigen Natur von Bewegung und Körper widmet.

Continuum eignet sich als alltägliche Gewahrseins-Praxis, zur Stressregulation und Selbstfürsorge, meditativ oder in dynamischer Form als Work-Out.

Anmeldung und Info über Corinne Leemann:
workshop@corinneleemann.ch

Frühbucherpreis bis 1. Februar: CHF: 300.-
Ab 1. Februar:
CHF 350.-



www.volkermoritz.com