

# Discipline of Authentic Movement

20. bis 22. September 2024



DAM (Discipline of Authentic Movement) ist eine achtsame Bewegungspraxis, die uns einlädt, unseren eigenen inneren Reichtum, unsere inneren Welten durch den Körper zu erleben und zu erfahren. Wir begegnen dabei Vertrautem, aber auch bis dahin unbekanntem, spüren und horchen nach innen. Ungesehenes darf auftauchen, Verborgenes verborgen bleiben. Unterstützt durch geschlossene Augen, die unser Nachinnenkommen begleiten, entfalten sich Bewegungen, Stimmungen, Gefühle, energetische Erfahrungen aus einem Raum der Stille.

Im Anschluss an eine Bewegungsphase wird das Erlebte möglichst nahe an der eigenen Wahrnehmung gesprochen.

Erlebte Inhalte werden ins Bewusstsein und in lebensgeschichtliche Zusammenhänge gebracht und integriert. Dieser Prozess geschieht in einer wohlwollenden und achtsamen Haltung, wodurch dem „wissenden“ Körper Raum gegeben wird. Das klare Setting bildet einen sicheren Rahmen für diese Arbeit.

Die Grundform dieser Praxis erscheint einfach, ihr Potential an Erfahrungen ist tiefgehend und weitreichend. Authentic Movement wurde ursprünglich in den USA von der Tanztherapeutin Mary Starks Whitehouse begründet. Janet Adler, eine Ihrer Schülerinnen hat AM erweitert und vertieft und daraus eine im Körper verankerte Bewusstseins-schulung entwickelt. (Discipline of Authentic Movement)

**Zeit: Freitag 17.00 bis Sonntag 13.00 Uhr**

**Kosten: EUR 340,00**

**Ort: Studio Trikala, Morellenfeldgasse 4, 8010 Graz**

**Leitung: Mag.a Hannah Folberth-Reinprecht: Teacher of the Discipline of AM;** Psychotherapeutin mit Schwerpunkt körperorientierte und traumalösende Verfahren

**Anmeldung:** ab sofort per E-Mail unter [office@folberth-reinprecht.at](mailto:office@folberth-reinprecht.at) , unter Angabe des jeweiligen Seminars. Einzahlung auf Kto. AT 15 2011 1000 3398 3747 des gesamten Seminarbeitrages, kostenloser Rücktritt bis 30 Tage vor Beginn, danach 50 Prozent bis 14 Tage vor Beginn, bei Rücktritt innerhalb der letzten 14 Tage wird der gesamte Betrag einbehalten.