



Authentic Movement Retreat vom **27. August bis 30. August 2020**

In diesen Tagen biete ich Euch/ihnen die Möglichkeit für Authentic Movement Praxis in einer Kleingruppe an, eingebettet in Natur und ein Ambiente des Wohlfühlens. Der Apfelweberhof bietet einerseits Stille und Ruhe und die Möglichkeit weite Spaziergänge durch die Natur zu erfahren.

Retreat heißt in der Praxis von Authentic Movement, sich nach innen zu wenden, inneren Impulsen zu folgen, zu erforschen, sowohl in Bewegung als auch in Sprache, sich dem Nichtwissen anvertrauen und dem Wissen des Körpers Aufmerksamkeit schenken. In Verbindung mit der Natur sich als Teil davon erleben, Präsenz und Gewahrsein zu schulen.

Authentic Movement als Achtsamkeitspraxis in Bewegung unterstützt unsere Ressourcen im Vertrauen, aus unserem Körperwissen zu schöpfen uns immer wieder im Körperbewusstsein zu verankern und die Wahrnehmung dahingehend zu unterstützen. Verbindung zu uns sowie auch zu den anderen und allem Lebendigen spüren können.

Leitung: Mag. Hannah Folberth-Reinprecht, Psychotherapeutin, Authentic Movement Lehrerin in Europa seit 26 Jahren.

Ort: www.apfelweberhof.at (Fotos unter Galerie)

Adresse: Watzmanns 7, 3922 Watzmanns, Groß Pertholz

Übernachten und Verpflegung: es gibt 8 Doppelzimmer, da wir in einer Kleingruppe bis max. 8 TeilnehmerInnen arbeiten, sind mehrheitlich Einzelzimmer zu belegen. Vegetarische Vollpension sowie übernachten kosten Euro 50,00 pro Person und Nacht. Bitte Bettüberwäsche und Handtücher mitnehmen.

Anfahrt: mit Auto; Mitfahrgelegenheiten können organisiert werden, mit dem Zug bis Gmünd und von dort mit einem Sammeltaxi oder Bus zum Apfelweberhof.

Kosten: Euro 390,00 plus Unterkunft und Verpflegung

Zeiten: Donnerstag: 11.00 bis 13 Uhr, 14.30 bis 18 Uhr, Freitag: 10.00 bis 13.00 Uhr, 15.00 bis 18.00 Uhr, Samstag 10.00 bis 13.00 Uhr und 15.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag 10.00 bis 13.00 Uhr

Anmeldung: bis Ende Juli 2020. Der Platz ist reserviert mit einer verbindlichen Anmeldung per email mit Name, Adresse und Tel.Nr. und einer Überweisung des Betrages. Bei Rücktritt bis Ende Juli wird der halbe Beitrag rückerstattet, bei Rücktritt danach wird der gesamte Beitrag einbehalten. Euro 390,00 auf folgendes Konto: ERSTE, lautend auf Mag. Folberth-Reinprecht, IBAN: AT15 2011 1000 3398 3747.