



Hands-On Bodywork

Individuelle Körperarbeit

Mit langsamen, leichten und sanften Berührungen und Bewegungen wird dein Nervensystem angeregt, einschränkende, anstrengende oder unzweckmäßige Haltungs-, Bewegungs- und Spannungsmuster aufzulösen. Du richtest dich müheloser auf, bewegst dich leichter, verfügst über einen größeren Spielraum und mehr Flexibilität. Mentale und emotionale Klarheit, Einfachheit und Gelassenheit stellen sich ein. – Bitte warme und bequeme Kleidung mitbringen.

Dirk Schuka beschäftigt sich mit Körper, Energie, Präsenz, Ausdruck, Kontakt und Lernen. Seine Arbeit ist geprägt von Erfahrungen mit der Feldenkrais-Methode, Ideokinese, Bewegungsritual, Qigong, Aikido, Action Theater und Contact Improvisation. Aktuell Ausbildung in SKAN-Körperarbeit.

Einzelstunden

Termine

nach Vereinbarung
Dauer ca. 60 Minuten
(ruhige Zeit danach einplanen)

Ort

in Staufen (südlich von Freiburg, von dort leicht erreichbar), oder in Freiburg (nach Absprache)

Kosten

80 Euro pro Termin

Anfrage

info@dirkschuka.de

Kontakt

Aufnahme in Verteiler:
info@dirkschuka.de
Alle Angebote:
www.dirkschuka.de