www.moveabout.de
Roland V. Karrasch,
Diplom Psychologe,
M.A. Klinischer Psychologe (USA),
Tanz- und Ausdruckstherapeut

Von der Erde getragen und dem zugewandt bewegen
Seminare 2023

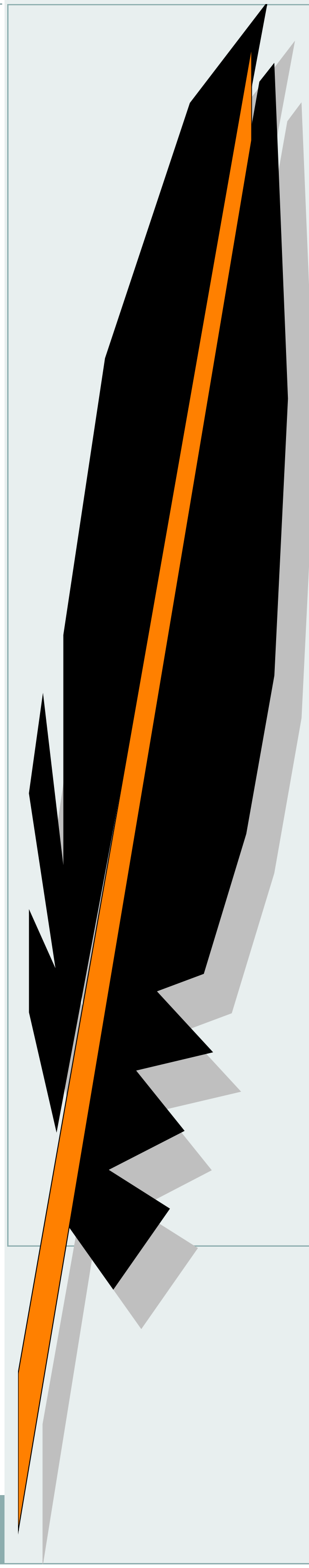
Die Begleitung von Menschen in Krisen und Wandlungszeiten ist das Anliegen unserer Arbeit in der Praxis und in den Seminaren.

>>Entstressungs-Tage/Stressbewältigung. Mit Tiefenentspannung, meditativer Einkehr und Gelassenheit werden die inneren Antreiber identifiziert und entschärft.
Leitung: Roland V. Karrasch, Kosten 100,00€
Termine für die einzeln buchbaren Tage:
März: Sa. 04.03.2023~10.00-16.30 Uhr.
September: Sa.,09.09.2023~10.00-16.30 Uhr.

>>Sprache des Körpers verstehen. Die Methodik der ‚Authentischen Bewegung' vermittelt eine tiefgründige Erfahrung, die eine Selbst- Annahme fördert, sowie dem ‚Unbewussten' eine Ausdruckform verleiht. Leitung: Roland V. Karrasch, Kosten 220,00€
April:Sa.15.04.2023~10.00-17.30/So,16.04.2023~10.00-16.30 Uhr

>>Energetisierende Tanztherapie– Selbstreflexion in Bewegung. Wir bringen einen ‚klärenden Selbsterfahrungsprozess' auf den Weg, mit dem die Lebensthemen eine erfrischende Inspiration erhalten werden. Innere und äußere Bewegung sowie meditative Stille und Ruhe lassen einen Motivations-Schwung entstehen. Bewegung mit bodenständiger Leichtigkeit und Entscheidungsfreude!
Leitung: Marie Luise Ober & Roland V. Karrasch,
Kosten 220,00€
Mai-Seminar:
Sa.13.05.2023~10.00-17.30/So,14.05.2023~10.00-16.30 Uhr
November-Seminar:
Sa 11.11.2023~10.00-17.30/So.12.11.2023~10.00-16.30 Uhr

>>
Psychologische Praxis, Friedrich-Verleger-Str 22,
33602 Bielefeld , Telefon: 0521-56 00 400,
Email: rkarrasch@moveabout.de



>>Stressbewältigung durch Achtsamkeit, MBSR-Konzept nach Jon Kabat-Zinn. 8 Wochen Kurs vom 02.02.-23.03.2023
Leitung: Marie Luise Ober, MBSR/MBCT & MBLL Lehrerin.
Februar/März-Donnerstags, 18.30-20.45 Uhr & Tagesseminar 05.03.2023, 10.00-16.00 Uhr.
Info/Anmeldung: malusart@gmx.de

>> Männer-Selbsterfahrung in Bewegung 'Draußen und Innen -Reflexion'. Ein Selbsterfahrungs-Prozess für Männer, die durch Austausch und Naturerfahrung eigene Lebensthemen und Prägungen durchdringen. Das Seminar findet in den Praxisräumen und an einem Naturplatz im Teutoburger Wald statt. Leitung: Roland V. Karrasch,
Kosten:220,00€
August-Sa. 19.08.2023~ Beginn 10.00 /So.20.08.2023~10.00-17.00 Uhr.

>>Emotionen verstehen-Gefühle integrieren. Wieder einen Zugang zu den eigenen Gefühlen zu bekommen, ist ein ermutigender und auch Selbstfindungsprozess. Unter Einbezug von Körperarbeit, Bewegung, und dem klärenden Gespräch wird ein vitalisierender Schwung angestoßen.
Leitung: Roland V. Karrasch, Kosten: 220,00€
Dezember-Sa. 09.12.2023~10.00-17.30Uhr /So. 10.12.2023~10.00-16.30 Uhr.

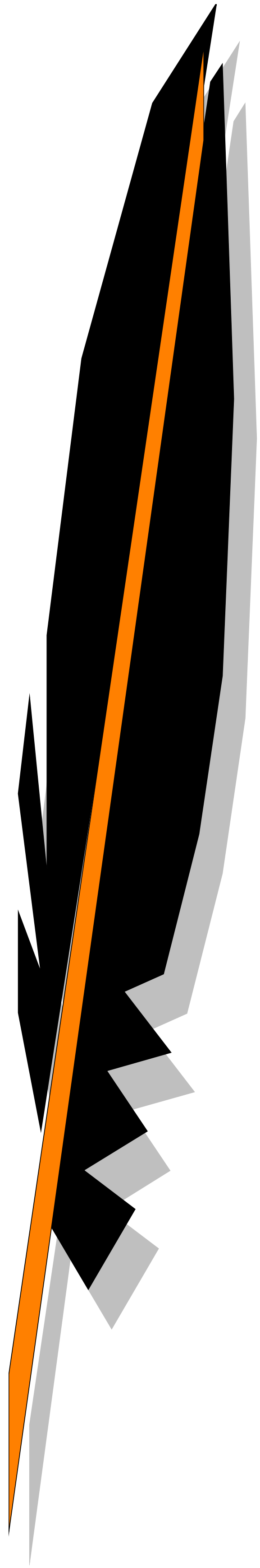
>>Für die weiter weg wohnenden Menschen gibt es die Möglichkeit in zwei Monatsabständen, Sonntags von 17.30 Uhr-19.00 Uhr an einem Zoom-Meeting mit inspirierenden Worten sowie Austausch teilzunehmen. Die Themen der Veranstaltung und die Zugangs-Details können in der Praxis erfragt werden. Der nächste Termin findet am Sonntag, 02.04.2023 statt.

>>>

Hiermit melde ich mich für das folgende Seminar an. Bitte Titel und Datum nennen. Veranstaltungsort ist die Psychologische Praxis in Bielefeld.

Titel:
Datum:

>>>

Name:
Geburtsdatum:
Adresse:
Telefon:
Email:
Datum, Unterschrift

AGB: Nach der Anmeldung erhalten Sie eine schriftliche Anmeldebestätigung. Jedes Seminar kann einzeln belegt werden. Eine Übernachtung muss eigenständig gebucht werden. Nach Eingang der Buchung/des Kostenbeitrags für das Seminar ist der Teilnahmeplatz reserviert. Bei Abmeldung bis 4 Wochen vorher ist eine Bearbeitungsgebühr von 40,00€ notwendig. Ab 2 Wochen vorher behalten wir uns vor, den gesamten Betrag einzubehalten. Es sei denn,- der Seminarplatz kann über eine Warteliste weiter oder sonst wie vergeben werden.