

# Bewegung im Offenen Raum



Nach einer kleinen Aufwärmphase für den Körper haben wir im Offenen Raum des Essentiellen Theaters Gelegenheit, die Impulse aus unserem inneren Raum authentisch zum Ausdruck zu bringen. Vielleicht ist uns nach Bewegung zumute oder nach Innehalten, vielleicht nach Tönen oder nach Stillesein. Es geht zunächst darum, mit allen Sinnen im gegenwärtigen Moment anzukommen, ganz da zu sein. Diese Erfahrung kann uns gefühlsmäßig entlasten und uns den Zugang zu unserem schöpferischen Potential eröffnen. Die Gruppe unterstützt uns dabei durch ihre liebevolle Gegenwart.

**28. Februar 2019**

Donnerstag, 19.30 – 21.00 Uhr  
Weyerhofstraße 67, 47803 Krefeld

**Teilnahmegebühr: 15,- €**

Verbindliche Anmeldung erforderlich

**Info & Leitung: Ellen Schlottner**

ELLEN SCHLOTTNER: Tel. 02151/5324052, [info@ellen-schlottner.de](mailto:info@ellen-schlottner.de)

*Kreativ und Yoga Center Düsseldorf*

HUMANITAO-Stiftung | Friedrichstraße 108 | 40217 Düsseldorf | [info@yogacenter-duesseldorf.de](mailto:info@yogacenter-duesseldorf.de)