



Institut für somatisches Lernen
Susanne Kukies

ZENTRIERUNG

Stabilität und Beweglichkeit

ORGANISATORISCHES

Datum: 23.–25. Februar 2024

Zeiten:

Freitag 17 – 21 Uhr

Samstag 10 – 19 Uhr

(inkl. 2 Stunden Mittagspause)

Sonntag 10 – 14 Uhr

Preis:

280.- Euro

250.- Euro bei Anmeldung bis zum 18. Januar 2024

Ort:

Ashtanga Yoga Loft Leipzig
im Westwerk (Hintergebäude)
Karl-Heine-Str. 85a
04229 Leipzig

Anmeldung:

susanne.kukies@berlin.de

www.somatische-koerpertherapie.de

Körpertherapeutische
Unterscheidungen und
Interventionen

WORKSHOP

23.–25. Februar 2024

Leipzig

www.somatische-koerpertherapie.de



ZENTRIERUNG – Stabilität und Beweglichkeit

Körpertherapeutische Unterscheidungen und Interventionen

Diese Fortbildung ist für ausgebildete Körpertherapeut*innen und Körperpsychotherapeut*innen ausgerichtet (Anfänger*innen und Fortgeschrittene). In der Körpertherapie versuchen wir immer mindestens zwei Aspekte im Blick zu behalten und miteinander in zu verbinden. An diesem Wochenende in der Dynamik von Stabilität und Beweglichkeit.

Stärkung der inneren zentralen Achse und Zentrierung über die beiden Muskeln von Psoas und Diaphragma (Zwerchfell) gibt uns innere Stabilisierung. Ist diese intakt und lebendig, dann fördert sie die freie Beweglichkeit der Extremitäten.

An diesem Wochenende wenden wir uns sehr konkret einer physischen inneren Unterstützung zu, die den Beckenboden als Basis stärkt und mit dem Atem in Verbindung bringt. In der Basis und

im Becken sind Lebenskraft und Sinnlichkeit gespeichert – ebenso wie Erfahrungen, die diese begrenzen. Auch durch Übungen aus der Körperpsychotherapie werden Ansätze vorgestellt diese Energien mehr in Fluss zu bringen, aufsteigen zu lassen und durch die Extremitäten zum Ausdruck zu bringen.

KURSLEITUNG

Susanne Kukies ist Pionierin in der somatischen Arbeit und hat ihre Ausbildung 1994/95 am Moving On Center in Kalifornien in somatischer Bewegungstherapie absolviert. Ursprünglich



Tänzerin, Performerin und Physiotherapeutin bildet sie seit 2007 somatische Bewegungstherapeuten und Pädagogen aus und arbeitet seit 1998 mit ihrer Praxis im Aquariana. Sie ist Dozentin im Team der Transformativen Körperpsychotherapie von Bettina Schroeter.