Lernen Sie Ihre Lebendigkeit NEU kennen.

Stephanie Reuß

Ganzheitlicher Coach, Arbeit mit dem Wesenskern, Yogalehrerin

Viel zu oft in unserem Alltag entschwinden wir unserem Körper, unserem Fühlen und unserem tiefen Atem und somit unserer Lebendigkeit. Wir finden uns fast außerhalb unserer selbst wieder, weil wir funktionieren, kontrollieren und im Außen agieren.
So kommt es oft vor, dass wir müde und ausgelaugt sind.

Wo ist unsere Lebendigkeit und Lebenslust in solchen Momenten abgeblieben?

Sie steckt nach wie vor in uns, in unserem Körper, wir müssen sie nur wecken!

Wie das geht, würde ich gerne mit Ihnen in unserem Workshop erarbeiten.

Das einzige was dazu nötig ist, wäre die Bereitschaft, dass Sie sich dazu mit Ihrem Körper verabreden. Lernen Sie ihn auf eine neue Art kennen.

Werden Sie wach und lebendig. Entdecken Sie Ihre wahren Gefühle und verleihen Sie diesen einen authentischen Ausdruck.

Das gelingt uns mit Hilfe von Bewegung, Tanz, Theater, Kontaktübungen und was sonst noch aus dem Moment heraus entsteht.

Ich freue mich sehr auf die Arbeit mit Ihnen.

Herzlichst Stephanie Reuß