

Den Körper spüren - Grenzen setzen Körperarbeit und Selbstverteidigung (WenDo) in Dresden

| | |
|-------------|---|
| Bereich | Allgemeine Weiterbildung |
| Preis | 84,00 € (Inkl. 19% MwSt.) |
| Termin | 26.10.2019 - 27.10.2019 Startzeit: 10:00 Uhr |
| Ort | Dresden |
| Angebot-Nr. | 01667877 |

Beschreibung des Angebotes

Möchten Sie sich selbst, Ihren Körper und Ihre Grenzen besser spüren?
Über Körperarbeit z.B. Somatische Emotionale Integration (SEI®) und Selbstbehauptung/Selbstverteidigung (WenDo) wird geübt, gut mit sich selbst in Kontakt zu sein und zu bleiben und gleichzeitig mit dem Gegenüber in Kontakt zu treten. Das ist eine wichtige Voraussetzung, klare Grenzen setzen zu können.
FMGZ MEDEA e.V., Prießnitzstr. 55

Angebotsmerkmale

Form Präsenzveranstaltung




vhs
Volkshochschule
Dresden e.V.

 [0351/254400](tel:0351/254400)

[Anbieter Infos](#)

Ort

VHS Dresden

 Annenstraße 10
01067 Dresden
Deutschland


Ulm-Galerie Dresden

 [0351/254400](tel:0351/254400)

 0351/2544025

 post@vhs-dresden.de

 <http://www.vhs-dresden.de>

| | |
|------------------------|--|
| Dauer | 18 Stunden |
| Zielgruppe | Frauen |
| Sprache | deutsch |
| Zugangsvoraussetzungen | Bitte mitbringen: Sportkleidung (Turnschuhe, bequeme Hose), Verpflegung, Getränk |
| Weitere Infos | Auf der Internetseite des Anbieters |

[Angebot via Autoimport aktualisiert am 22.08.2019](#)