Lachfalten statt Sorgenfalten –
mit dem Clown humorvoll ins neue Jahr – online

Wir starten spielerisch ins neue Jahr und tanken Humor und Leichtigkeit, um für den manchmal fordernden Alltag gewappnet zu sein.

An 4 Abenden lassen wir uns von der Clownin inspirieren und stellen die Dinge mal auf den Kopf: achtsam im Hier und Jetzt ankommen, spielerisch neue Blickwinkel ausprobieren, kreative Handlungs-möglichkeiten entdecken, miteinander lachen.

Eine Mischung aus praktischen Methoden aus Clownerie und Coaching, Körper- und Achtsamkeitsübungen, Reflexion und Austausch, sowie Wissenswertes über Humor und Stressbewältigung hilft uns dabei, (wieder) mehr Humor und Leichtigkeit für uns zu entdecken.

Termine: 4 x Montag: 4. Jänner bis 25. Jänner 2021, jeweils 18:30 – 20:00 Uhr
Der Kurs ist als Einheit gedacht mit 4 aufbauenden Abenden.

Leitung: Mag.ª Constanze Moritz, dipl. Erwachenenbildnerin, Clownin, Coach, Spielpädagogin

Kursbeitrag: € 85,-

Anmeldung an info@clownenundstaunen.at

Das Seminar wird über Zoom abgehalten. Für die Teilnahme sind ein PC, Laptop oder Tablet mit Kamera und Mikrofon und eine stabile Internetverbindung erforderlich. Der Zugangscode wird nach der Anmeldung zugeschickt.