

Kampfkunst der Achtsamkeit

Datum: am 26.11.2022 um 10:00-13:00 und 15:00 -18:00

Titel: 2 TAGE: Mindfulness in Motion Darmstadt - Seminar mit Joshua Craig

Bitte beachtet, dass dieser Workshop für alle offen ist! Alle Stile der Kampf- und Bewegungskünste sind willkommen, auch Anfänger.

Jeder wird den Workshop mit einfachen Werkzeugen verlassen, mit denen er sein eigenes Gleichgewicht und seine Harmonie erkennen und erhalten kann. Ganz gleich, ob Du Kampfsport trainierst oder Dich einfach nur für Geist-Körper-Bewusstsein durch Bewegung interessierst, Du wirst lernen, wie Du Deinen Flow steigern und die natürliche Kraft des Körpers manifestieren kannst.

Preise:

für Mitglieder (I Liq Chuan bzw. Mitglieder des Gastgeber-Vereins): 180 EUR beide Tage/100 EUR einzelner Tag

für Nicht-Mitglieder: 220 EUR beide Tage/120 EUR einzelner Tag
