



Bitte mitbringen:

- o) Bequeme Kleidung in der DU dich gut bewegen kannst**
- o) Neugier**
- o) Keine Vorkenntnisse erforderlich!**

DAS LEBEN IST (D)EIN SPIEL

Impulse für mehr Leichtigkeit, Präsenz und Resilienz

„Die ganze Welt ist eine Bühne und alle Frauen und Männer bloße Spieler.“ Im Sinne dieses berühmten Shakespeare Zitats gehen wir auf eine kleine Entdeckungsreise....

Bin ich Hauptdarsteller*in in meinem Leben?

Welche Rollen und welches Stück spiele ich überhaupt?

Führe ich selbst Regie oder gebe ich die Zügel aus der Hand?

Mit welcher Haltung und nach welchen Regeln wird gespielt und worauf richte ich die Scheinwerfer?

Mit Tools aus dem Schauspiel und dem Embodiment machen wir uns auf, diese Fragen zu beantworten! Um in unserem Spiel des Lebens auch mit belastenden Situationen umgehen zu können, brauchen wir Resilienz (Widerstandsfähigkeit, Elastizität, Spannkraft). Das Seminar bietet einen Erfahrungsraum, diese spielerisch zu schulen und neue Handlungsmöglichkeiten auszuprobieren. Ganz nach dem Motto „Awareness-Acceptance-Choice“. Und das nicht nur im Kopf, sondern vor allem im und mit dem Körper!

Ich freue mich auf ein inspirierendes und bereicherndes Wochenende mit dir!
Herzlichst, Elisabeth



WANN:

Samstag & Sonntag
25.06. & 26.06.2022
10:00 -18:00

WO:

Glockengasse 4/13
1020 Wien

WER:

Elisabeth Halikiopoulos
(Schauspielerin,
Resilienz Trainerin und
Embodiment Coach)

Kleingruppe:

maximal 5 Teilnehmer*innen

**ANMELDUNG
und nähere Infos:**

elisabeth@halikiopoulos.com

+436607675222

www.elisabeth-halikiopoulos.com

BEITRAG:

233 Euro