

Entspannen, regenerieren und vitalisieren: „Raum in Bewegung“

Ein Wochenend-Kurs mit Spacial Dynamics® 25.-27. September 2026 in Marburg-Ginseldorf

Bewegung ist Leben. In allen von uns stecken Fähigkeiten für Regeneration, Selbstheilung und Wohlbefinden. An diesem Wochenende erfahren wir leicht zugängliche Übungen und Bewegungstechniken, mit denen wir diese Fähigkeiten aktivieren und entfalten können und die uns helfen, mit jedem Bereich unseres Körpers in Kontakt zu gehen, ihn zu beleben, bewohnen und ihn mehr als unser eigen zu fühlen.

An diesem Wochenende werden wir in die Kräfte der Natur eintauchen und mit langsamen, fließenden Übungen im Stehen und Gehen Balance erleben und Harmonie schaffen. Wir werden den Raum um uns durch seine Dynamiken und Richtungen erforschen, erwecken, durchdringen und so die Chance haben, neue Bewegungs- und Haltungserfahrungen zu machen, die wir selbständig aufgreifen und in unseren Alltag integrieren können.

Ina Pape ist **Trainerin für Spacial Dynamics®-und Bothmer®-Gymnastik**. Die ehemalige Sportlehrerin lebt in Husum und gibt seit 25 Jahren mit Freude, Leidenschaft und Einfühlungsvermögen Einzelstunden und Gruppen-Kurse für Menschen in jeder Lebensphase, auch per Video. Sie ist überzeugt, und die Rückmeldungen bestätigen es, dass sinnvolles und natürliches Bewegen eine große Quelle für Gesundheit, Lebensfreude und Freiheit ist.



Sandra Morgantti ist **Spacial Dynamics Absolventin von Level 1 und Level 2** (Therapeutin). Sie hat 34 Jahre als Sport- und Bewegungslehrerin gearbeitet. Seit 1992 arbeitet sie als Zirkuspädagogin mit Kindern und Jugendlichen. Sie ist die Gründerin des Varieté Voilà in Bad Nauheim. Ihr Antrieb war und ist es, die Gemeinschaft und Lebensfreude zu fördern durch Bewegung.

Die Methode Spacial Dynamics® wurde in den 1980er-Jahren von Jaimen McMillan begründet, der sie in der ganzen Welt lehrt, trainiert und weiterentwickelt. Sie ist durch ISMETA* sowie auch als anthroposophische Körpertherapie anerkannt. Wir sind Mitglied im Verband Spacial Dynamics® Deutschland e.V.. Siehe: www.spacialdynamics.de

*The International Somatic Movement Education and Therapy Association



In Kooperation mit:
auf-dem-weg-des-herzens.de
und dem



Anmeldung bei Ina Pape: 0157 326292 37
inametaanna@posteo.de und auch bei Kerstin Veigt:
weg-des-herzens@posteo.de. Für Fragen zu Ort und
Übernachtungsmöglichkeiten ist Kerstin
Ansprechpartnerin.

Kosten: 180 € - , Frühbuchende bis 18.8.; 160 €
"Wir sind zu zweit"-Tarif: 300 € für beide.

Konto: DE89 4306 0967 2076 1069 00 (Ina Pape)
GENODEM1GLS