

Körper.Macht.Sinn.

Ich erwecke deinen Körpersinn!
Mit einem lebendigen Körpersinn spürst du
wie du dich aufrichtest
wie du dich bewegst
und wie du dich verhältst!



Du begreifst wahrhaft, was du tust, wenn du was tust.
Deine Eigenwahrnehmung (Propriozeption) wird lebendig und stark.
Mit einem wachen Körpersinn und einer ausgebildeten Eigenwahrnehmung
machst du jede Menge neue Erfahrungen.

Der Körpersinn erweckt die physiologischen Funktionen, durch die sich
der Mensch im Zusammenspiel mit der Schwerkraft seinen aufrechten Gang
und sein Bewusstsein erworben hat. Ein wacher Körpersinn ist Voraussetzung
für deine gute Körperstatik in der Schwerkraft.
Leichte, stabile Aufrichtung ermöglicht effiziente und leichte Bewegungen.
Diese bilden die Basis für sinnvolles und ökonomisches Verhalten.

Körper und Geist sind eine Einheit. Die gemeinsame Verbindung der beiden
ist das Nervensystem. Der Körpersinn verbessert deine Eigenwahrnehmung
und dies ermöglicht dir ein offeneres Bewusstsein.

Körper.Macht.Sinn. fängt beim Körpersinn an und zielt auf **die mentalen Fähigkeiten** des Menschen.
Der Körpersinn ist grundlegend und ehrlich - und er hat die besten Verbindungen „nach oben“!

Nichts ersetzt die eigene Erfahrung!

... ich kann euch viel erzählen

Probiert es aus!

Körper.Macht.Sinn.

0179 23 96 518

hallo@rolfing-walter.de

www.walter-rolfing.de