

PRESSEMITTEILUNG

Kurzform:

Tag der offenen Tür am 05.03.2017 im Moksha Dresden.

Dresden, 15. Februar 2017

Am **Sonntag, den 05.03.2017** lädt die Integrale Praxis für Körper- und Selbstbewusstsein Moksha anlässlich ihres 4. Geburtstages **von 11:00 bis 19:00 Uhr** zum **Tag der offenen Tür** und stellt dabei die Vielfalt der Praxisgemeinschaft in Schnupperangeboten und persönlichen Gesprächen vor. Neben Einführungen in Yoga, Meditation, Feldenkrais, Eltern- und Achtsamkeitstraining, werden auch Einblicke in verschiedene Therapierichtungen gegeben. So können Besucher unter anderem Shiatsu, Aufstellungen, Psychotherapie, Körperpsychotherapie oder Akupressur kennenlernen. Kurs- und Seminarleiter sowie Therapeuten des Moksha Dresden freuen sich auf interessierte Besucher und beantworten gern alle Fragen rund um ihre Angebote. Die angenehme Atmosphäre der Praxis, ein leckeres Buffet und Livemusik versprechen bereichernde Begegnungen, interessante Erfahrungen und entspannte Momente. Das gesamte Programm einschließlich des Essens ist kostenlos. **Veranstaltungsort:** Moksha Dresden, Arnoldstraße 16, 01307 Dresden (www.moksha-dresden.de).

Wörter: 137 Zeichen (mit Leerzeichen: 1104)

Ausführliche Version:

Tag der offenen Tür am 05.03.2017 im Moksha Dresden

Vier Jahre Moksha – Integrale Praxis für Körper- und Selbstbewusstsein, 4 Jahre Persönlichkeits-, Team- und Veranstaltungsentwicklung, 4 Jahre wachsen und verändern.

Dresden, 15. Februar 2017

Am **Sonntag, den 05.03.2017** lädt die Integrale Praxis für Körper- und Selbstbewusstsein Moksha anlässlich ihres 4. Geburtstages **von 11:00 bis 19:00 Uhr** zum **Tag der offenen Tür** und stellt dabei die Vielfalt der Praxisgemeinschaft in Schnupperangeboten und persönlichen Gesprächen vor. Neben Einführungen in Yoga, Meditation, Feldenkrais, Eltern- und Achtsamkeitstraining, werden auch Einblicke in verschiedene Therapierichtungen gegeben. So können Besucher unter anderem Shiatsu, Aufstellungen, Psychotherapie, Körperpsychotherapie oder Akupressur kennenlernen. Kurs- und Seminarleiter sowie

Therapeuten des Moksha Dresden freuen sich auf interessierte Besucher und beantworten gern alle Fragen rund um ihre Angebote. Die angenehme Atmosphäre der Praxis, ein leckeres Buffet und Livemusik versprechen bereichernde Begegnungen, interessante Erfahrungen und entspannte Momente. Das gesamte Programm einschließlich des Essens ist kostenlos.

Das vollständige Programm:

Großer Kursraum

- 11.00 Uhr Eröffnung und Einführung in die Meditation mit Susanne Willkommen und Andrea Hähnel
- 11.30 Uhr Achtsamkeit mit Steffen Böhme und Kathrin Loewe
- 12.30 Uhr Aufstellung erleben mit Gregor Schmitt
- 13.30 Uhr Yoga mit Daniel Brinitzer
- 14.30 Uhr Live-Musik
- 15:00 Uhr Was ist Körperpsychotherapie? - mehrere TherapeutInnen aus dem Moksha unterhalten sich, beantworten Fragen und erforschen so - offensichtlich für die ZuhörerInnen - gemeinsam diese tiefgreifende Therapiemethode
- 16:00 Uhr Elterntraining mit Susanne Willkommen
- 17:00 Uhr Einführung in Feldenkrais mit Nele Müller
- 18:00 Uhr Somatics und freier Abschlusstanz mit Hanna Scholtyssek

Zudem finden mehrmals am Tag im Stilleraum Einführungen in die Meditation sowie im Beratungsraum Einzelgespräche oder Kurzvorstellungen der verschiedenen Therapierichtungen statt.

Veranstaltungsort:

Moksha
Integrale Praxis für Körper- und Selbstbewusstsein
Arnoldstraße 16
01307 Dresden

www.moksha-dresden.de
info@moksha-dresden.de
Tel.: 0351 - 65320965

Wörter: 283, Zeichen (mit Leerzeichen): 2203



Hintergrundinformation

Über das Moksha: Am 04.03.2013 eröffnete in der Johannstadt an der Grenze zwischen Alt- und Neubauten, Zuwanderern und Alteingesessenen, Singles und Familien, eine kleine aber vielfältige Praxisgemeinschaft, deren Angebote alle eine Blickrichtung aufweisen: Menschen in ihrer Persönlichkeitsentwicklung, ihrer psychischen und physischen Heilung, ihrem Wohlbefinden, ihrer Achtsamkeit, Akzeptanz, Menschlichkeit und falls gewünscht ihrem spirituellen Wachstum zu unterstützen. Hier wirken interessante und kompetente Therapeuten zusammen, bereichern und ergänzen sich. Die Angebote, z. T. von den Krankenkassen bezahlt oder auf Spendenbasis, sind erlebensnah, fördern persönliches und soziales Wachstum, ermöglichen Selbstkontakt, laden zu authentischem Gefühlsausdruck und mutigem Ausprobieren ein. Es gibt Einzelsitzungen, Gruppenangebote, fortlaufende Kurse und Wochenendseminare. Jeder wird genau dort abgeholt, wo er sich in seiner persönlichen Entwicklung gerade befindet. Weitere Informationen können auf der Webseite www.moksha-dresden.de abgerufen werden.

Ansprechpartner für Rückfragen:

Mandy Otero-Dietzschkau Marketing und PR mandy@moksha-dresden.de Tel.: 0351 / 65320965	Susanne Willkommen Geschäftsführende Inhaberin susanne@moksha-dresden.de Tel.: 0176 646 220 27	Andrea Hähnel Geschäftsführende Inhaberin andrea@moksha-dresden.de Tel.: 0351 / 653 20 964
--	--	---