



BEWEGT SEIN

Möchtest du...

- Mehr **VERBUNDENHEIT** mit deinem **INNEREN SELBST** spüren?
- Deine **KÖRPERWAHRNEHMUNGEN** besser verstehen und darauf vertrauen lernen?
- **LEBENSMUSTER** erkennen und verändern lernen?
- **GEFÜHLEN, BEDÜRFNISSEN** und **SEHNSÜCHTEN** in deinem Leben mehr Raum geben?



Gerne begleite ich dich über **BEWEGUNG, TANZ** und **ATEM** auf deinem ureigenen Weg zu mehr **SELBSTERKENNTNIS, SELBSTBESTIMMUNG** und **GEWAHRSEIN**.



Als zertifizierte Tanz- und Bewegungstherapeutin IAC ist es mir ein Anliegen, dass du durch dein eigenes Bewegt-Sein in Berührung mit deinem innersten Sein kommst.

Vorkenntnisse sind keine nötig. Melde dich gerne bei Interesse oder Fragen bei mir:

ESTHER TOBLER
bewegtsein@bluewin.ch
+41 79 719 42 61

Wo...

Bewegungsraum im Atelier Yogart

Uetlibergstr. 111B – Atelier 7
8045 Zürich

Zertifikat Kunsttherapie OdA Artecurea
EMR/Krankenkassenanerkannt