

Natur-Pilates

Am 9. Juli 2022

Auf dem Blomberg in
Bad Tölz



Ein Angebot im Tal, und
ein Angebot auf dem Berg



GenesungsART
www.claudia-toellich.de

*„Dein Körper hat eine Spürnase
für das, was Deinem Leben gut tut.
Spür mal“*

In der Natur erfühlen wir unsere innere Natur. Dort werden wir von ganz allein an unsere ursprünglichen Kräfte erinnert. Natur-Pilates hoch auf der Blombergspitze lädt Dich ein, Dir den Wind der Freiheit um die Nase wehen zu lassen.

Erlebe Freiheit in der Bewegung, abseits von Leistungsdruck und Aufgabenerfüllung. Umgeben von kraftvollen Bäumen und unter freiem Himmel, befindest Du Dich in bester Gesellschaft um Deine ganz „einzigartigen“ Bewegungskräfte hautnah zu erleben.

Ich freue mich auf Dich und auf das, was sich bewegt!!!
Claudia



In unserer Gesellschaft wurde uns eine sehr verzerrte Form von Kraft und Leistungsfähigkeit beigebracht. Heute glauben viele Menschen, dass ihre Muskeln oder ihr Körper zu schwach wären, und erhöhen deshalb ihre Anstrengungsbereitschaft. Viele Menschen begeben sich dadurch in einen Anstrengungskreislauf, der sie von ihrer natürlichen Kraft abtrennt.

Eingebettet in die Artenvielfalt der Natur üben wir bei dieser Open-Air-Session uns anstrengungsfrei zu bewegen. Frei wie ein Vogel genießen wir das ‚Gleiten‘ in der Bewegung. Wir arbeiten auf kein Leistungs-Ergebnis in der Zukunft hin, sondern beziehen uns auf die Kräfte, die bereits in uns anwesend sind.

Und wo Dich diese Kräfte dann hinführen – das kannst Du direkt in Deinem Körper fühlen.

*„Deine wahre Kraft fühlt sich anders an,
als Du dachtest“*



GenesungsART
www.claudia-toellich.de

Infos & Anmeldung

Wähle Deine Lieblings-Session aus:

Session 1

9. Juli von 11:00 – 12:30 Uhr

In der Nähe der Talstation auf einer schönen Wiese

Session 2

9. Juli von 15:00 – 16:30 Uhr

In der Nähe vom Blomberghaus auf einer Yoga-Plattform des Waldfestivals

Anmeldung:

Reserviere Dir Deinen Platz per Email an

connection@claudia-toellich.de

Kosten für 90 Minuten

Bezahle nach dem *Natur-Prinzip**

Du bezahlst das, was sich für Dich gut anfühlt.

*Natur-Pilates ist ganz bewusst ein Angebot, ohne einen ‚festen Mitmach-Preis‘. Geld soll weder ein Hinderungsgrund sein, noch soll der Preis für Dich ein Anreiz sein, um mitzumachen. Du darfst einfach ausprobieren, wie es sich anfühlt, den Preis ganz frei zu bestimmen. In einer Sache kannst du Dir von vornherein sicher sein. Bei dieser freien ‚Bezahl-Übung‘ kannst Du nichts falsch machen. Mach einfach gerne mit.

Mit Claudia Töllich innere Heilquellen entdecken

Ich bin 39 Jahre alt und habe vor knapp 20 Jahren die Ausbildung zur Sport- und Gymnastiklehrerin gemacht. Durch meine Asthmaerkrankung hatte ich schon immer einen etwas anderen Zugang zum Körper. Leistungen wie sie für andere Trainerkollegen und Fitness-Interessierte möglich waren, waren für mich nicht erreichbar. Verschiedene weitere Erkrankungen veranlassten mich dazu die Zusammenhänge von Bewegung, Gesundheit und Leistungsfähigkeit tiefergehend und höchstpersönlich zu erforschen. In meinen Seminaren und in meiner Arbeit als Genesungskünstlerin nehme ich die Menschen mit in meine ‚Gesundheitswelt voller wohltuender Entdeckungen‘.

