

# Herzlich willkommen,

ich freue mich riesig, dass Sie sich etwas Gutes tun wollen – und zwar ganzheitlich!

Vielleicht kennen Sie die Feldenkrais-Methode bereits und sind neugierig, wieso der Seele kleine Bewegungen so guttun und Sie sich danach so viel besser fühlen? Vielleicht ist Ihnen der ganze Titel aber auch noch ein riesiges Rätsel und Sie sind einfach neugierig, was Sie für sich Neues entdecken? Vielleicht leiden Sie auch unter Schmerzen und Verspannungen, stressbedingten psychosomatischen Beschwerden oder psychischen Symptomen und möchten über den Körper seelische Erleichterung erleben? Eventuell sind Sie aber auch einfach neugierig, was Sie durch ganzheitliche Bewegungen Gutes für Ihre Seele tun können? Vielleicht sind Sie aber auch als Behandelnde auf der Suche nach hilfreichen, konkreten körperorientierten Möglichkeiten, die Sie Ihren Klienten zur Selbstunterstützung zwischen den Sitzungen mitgeben können?

Durch persönliche Erfahrungen nach einem Tanzunfall und meine Arbeit als Psychotherapeutin weiß ich als Betroffene, aber auch als Therapeutin, wie es ist, wenn Körper und Psyche nicht gesund sind. So freue ich mich, Ihnen ganz viel praktisches Wissen auf Ihren Lebensweg mitzugeben, damit auch Sie sich ganzheitlich, also für den Körper und die Seele, etwas Gutes tun können!

Ihre  
Nadja Zöch-Schüpbach