

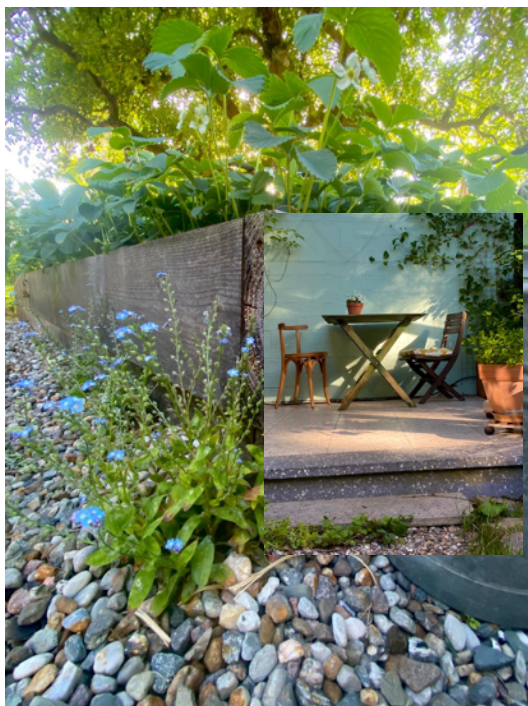
Spätsommerliches Ernten - Sonnenstrahlen, Farben und Dich selbst einsammeln

Ein Body-Mind-Centering® & eco-somatics - Nachmittag im Garten mit **Julia Kleinknecht**

am Sonntag, den **30.08.2026**



Wir nehmen uns Zeit, sinnlich wahrzunehmen, unsere Innenwelt und auch, was uns umgibt, als natur- und landschaftsbezogene Wesen. Zeit, uns zu bewegen, zu tanzen, zu entspannen unterm schattenspendenden Blätterdach. Durch Bewegung, Visualisierung und Berührung (durch dich selbst oder ein:n Partner:in) wandern wir unserer Aufmerksamkeit in bestimmte zelluläre Strukturen unsers Körpers und erleben und genießen ihre Resonanzfähigkeit.



Im Anschluss gibt es noch einen Moment zum Reflektieren, nachklingen lassen und Beisammensein - mit leckerem Fingerfood, Tee und hausgemachter Holunderblütenlimo.

Kosten (inkl. Verpflegung): 40 - 50 Euro je nach Selbsteinschätzung, Sozialpreise in begrenztem Rahmen möglich!

Bringt gerne eine Decke / Matte, auf der ihr sitzen oder liegen könnt mit, sowie dem Wetter angemessene und bequeme Kleidung. Bei wirklich ungemütlichem Wetter wird der Termin verschoben. Da die Plätze auf ca. 10 begrenzt sind, empfehlen wir eine baldige Anmeldung.

Wir freuen uns auf euch !!!

Ankommen ab 13:30 Uhr
Start um **14:00** Uhr
Ende um ca. **17:30** Uhr

Im Garten von **Miriam Fröhlich**
Horandweg 41, 13465 Berlin-Frohnau (S1)
S-Bahn: S1 Frohnau (12 Minuten Fußweg)

Anfragen / Anmeldung bitte unter
015775737654 (auch WA /signal) oder julia2k@posteo.de
Mehr Informationen: juliakleinknecht.de