PDF-XChange Editor
Click to BUY NOW!
www.tracker-software.com

TRE®

EINFÜHRUNG

SAMSTAG, 11. NOVEMBER 2023, 11.30 BIS CA. 13.30 UHR
BASEL, REINACHERSTRASSE 267

SCHÜTTELN ZUM WOHLFÜHLEN

TRE® (Tension & Trauma Releasing Exercises) ist eine Entspannungs- und Traumaheilmethode, die auf einem natürlichen Zitterprozess des menschlichen Körpers aufbaut.
Es handelt sich um eine Selbsthilfemethode und kann bei regelmässiger Ausübung innere Ruhe wiederherstellen oder auch bewusste und unbewusste Traumata lösen.

PDF-XChange Editor
Click to BUY NOW!
www.tracker-software.com

Tanz projekte

Ich habe TRE® im Jahr 2021 kennen gelernt und es hat mir in einer schwierigen Zeit geholfen, wieder den Boden unter den Füssen zu spüren, im hier und jetzt zu bleiben und zu Gelassenheit zu finden.

Als AfroTanzende hat mich das natürliche Zittern sofort in Bann gezogen und ich habe mich darin zu Hause gefühlt. Ich muss kein Gespräch führen und meine Probleme analysieren oder verstehen. Ich gebe meinem Körper das Vertrauen, dass er mit dem sogenannten neurogenen Zittern, den Heilungsprozess selbst aktivieren wird.

Das hat mich dazu bewogen, die Ausbildung zur TRE® Providerin zu absolvieren. Mein Wissen möchte ich gerne teilen, damit auch du ein Gefühl von Ruhe finden oder dein Gleichgewicht wieder herstellen kannst.

BEITRAG
Fr. 45.-

ANMELDUNG
Bis 7. November 2023
Platzzahl max. 6 Personen

KONTAKT
Florence: +41 79 771 10 15
florence@tanzprojekte.ch
www.tanzprojekte.ch