

# Eurythmie

Eurythmie ist eine **Bewegungssprache**, die in den unterschiedlichsten Lebensbereichen wie Kunst, Pädagogik und Therapie angewandt wird.

Die **eurythmische Bewegung** gibt die Möglichkeit, Innerseelisches in Verbindung zum Körper zu bringen, also Gefühl und Körper zu verbinden.

Der Übende lernt, seinen Leib von innen zu ergreifen und zu erwärmen.

Die Steigerung der inneren Aufmerksamkeit und das Erwachen der Seele im Leib führt dazu, daß der Körper weniger Hindernis und immer mehr **Instrument** wird.

## eurythmische Bewegungsübungen

- 1 Wahrnehmungsübungen
- 2 körperorientierte Bewusstseinsarbeit (Übungen mit Stöcken und Kugeln)
- 3 Übungen, um das Seelische in Kontakt mit dem Körper zu bringen
- 4 Raumgefühl entwickeln
  - Einzelunterricht
  - individuelle Beratung
  - kleine Gruppen von 3-5 Personen

## Birgit Hering

Master of Arts Bühneneurythmie, Dozentin

- Soloprogramme, Theater für Kinder, Regie-Arbeiten, Schulprojekte mit Jugendlichen
- entwickelt und lehrt ein eurythmisches Training für Künstler

Kontakt: [birgithering@gmx.de](mailto:birgithering@gmx.de)

Tel: +49 30 - 616 23 968

[www.birgithering.de](http://www.birgithering.de)

