**Versterking en bescherming van het mens-zijn**

**Body Surrounding Web deel 2**

Beste mensen,

Rudolf Steiner beschrijft hoe ons levenslichaam steeds losser gaat raken van ons fysiek lichaam, zo ook het etherhart van het fysieke hart. Dit geeft mogelijkheden, maar maakt in het middengebied ook kwetsbaar voor allerlei invloeden van buiten, waaronder elektro-magnetische straling, maar ook in het sociale.

Wieger Veerman heeft in samenhang met “Euritmie in Beweging” (zie [www.stichtingrozenhart.nl](http://www.stichtingrozenhart.nl)) het Body Surrounding Web ontwikkeld om vooral dit middengebied en daarmee het hele mens-zijn te voeden, te vitaliseren, te versterken en te beschermen. De verankering in het midden wordt sterker, je komt meer bij jezelf.

In dit vervolg op deel 1 gaan we kort de basisoefeningen doen. Daarna de herhaling en verdieping van het BSW. De basisbeweging is de lemniscaat. We ontdekken wat de geheimen van de lemniscaat zijn op verschillende manieren. Wat voor relatie is er met de spiraal? Verder de verschillende variaties in de uitvoering van het BSW

Met de euritmietherapeuten werken we daarna nog aan specifiekere modules voor bescherming en vitaliteit, die alleen in de therapie gebruikt kunnen worden.

**Ook mensen die slecht ter been zijn van harte welkom, omdat vele oefeningen ook zittend gedaan kunnen worden.**

**Geen voorkennis of ervaring is nodig, Ook zonder deelname aan BSW deel 1 kun je nog instromen.**

**Geïnteresseerden die graag willen deelnemen, maar vanwege de kosten belemmerd worden, kunnen hierover met mij contact opnemen.**

Graag wil ik jullie hiervoor uitnodigen en wel op:

Zaterdag 3 december 2022
Van 9.30 tot 11.45(inclusief pauze), daarna tot 12.45 voor de euritmietherapeuten.
Vrijeschool Bergen(onderbouw) Prins Hendriklaan 58
Kosten € 25,- (voor de euritmietherapeuten € 35,-)

Info en/of aanmelding: sjaakgroot@upcmail.nl of 06-21500853

Graag tot dan!

Sjaak Groot
Euritmietherapeut, fysiotherapeut(niet praktiserend) en euritmiepedagoog