



## Workshop

”Medveten rörelse med somatisk rörelsepraktik”

Torups Bygdegård måndag 23 och torsdag 26 april kl 18.30-20.00

**Ingen förkunskap behövs. Kostnadsfri. Alla välkomna!**



Fotograf: Donovan von Martens

Ledare **Karolin Kent**, danskonstnär, dansare, pedagog  
och somatisk rörelseterapeut /rörelseanalytiker

*”Somatisk rörelsepraktik ökar medvetenheten om kroppen som en helhet och balanserar det inre och det yttre samt relationen med vår omgivning. Den röda tråden under klassen är att lära känna sin kropp och dess uttryck, lära sig att förstå och respektera dess möjligheter samt begränsningar. Varje möte är en process utan krav på resultat då vi utgår från var vi är och har just nu. Vad är just din ”dagens dans?”*

Mer info: [nathalie@ruiz-artome.se](mailto:nathalie@ruiz-artome.se) eller 073 728 26 98  
[www.ruiz-artome.se](http://www.ruiz-artome.se) Med stöd av Hylte kommun