



Continuum: Fluïde Oer-Bewegingen

tsssssssss.... een klank als het gesis van een slang....

micro-bewegingen in je gezicht....

heeeeeiiiiiaaeeee.... de adem, die als een oeroude wind door grotten en gebergtes veegt....

tenen die zich spreiden, met benen als tentakels de wereld ontdekkend....

dddjjjjjsssss.... je stem als een zwerm bijen, of meer een didgeridoo?....

het lijf ontvouwd zich in een oneindige vertraging, kronkelend op de grond.... armen, die als wortels de ruimte in groeien.... en dan....

Diepe stilte.

Welkom in de wereld van Continuum!

Alles in het universum is voortdurend in beweging en in communicatie en relatie met elkaar. Water is de substantie die alles verbind. Water weet hoe het beweegt om gezond, vol energie en vitaal te blijven.

Ons lichaam bestaat uit 70-80% water. In Continuum maken wij specifieke geluiden en ademhalingen, waardoor de innerlijke bewegingen van onze vloeistoffen geactiveerd worden. Hierdoor ontstaan nieuwe bewegingsmogelijkheden, creativiteit en een unieke zelf-expressie.

Voel in je lijf de meanderende stroom van een rivier, de kracht van een waterval of de golfbewegingen van de oceaan. Spiraal-bewegingen in relatie met de zwaartekracht worden tot opstijgende kracht, de ruimte in. Rustgevend, herstellend, vitaliserend, bevrijdend.

Een gevoel van thuis komen, altijd een overal thuis zijn, in verbinding met de aarde. Bewustzijn, dat zich in en door onze cellen manifesteert. Een spiritualiteit geworteld in de bio-intelligentie van het lichaam.

Continuum is geschikt voor iedereen, ongeacht je ervaring, leeftijd, lichaamsvorm, gezondheidstoestand. Als dagelijkse fitness, om je gezondheid te herstellen of als spiritueel pad, Continuum werkt op alle niveaus.

In samenwerking met Centrum De Roos worden er vanaf dit jaar regelmatige lessen aangeboden. Elke les leer je een nieuwe klank- of bewegingssequentie, waar je thuis verder mee kunt oefenen. Eenmalig of regelmatige deelname, je leert elke keer weer iets nieuws.

Gratis introductie op vrijdag 21-09-2018, 19:30- ca. 22 h

Dinsdagochtend, 10:30-12:30 uur (2 uur sessies, betaling naar eigen inschatting, tussen € 30 en € 50 per keer)
25-09-2018 / 09-10-2018 / 23-10-2018 / 06-11-2018 / 20-11-2018 / 04-12-2018 / 18-12-2018

Zondagochtend, 9-13 uur (4 uur sessie, betaling naar eigen inschatting, tussen € 56 en € 100 per keer)
23-09-2018 / 14-10-2018 / 18-11-2018 / 09-12-2018

Adres De Roos, PC Hoofdstraat 183, 1071 BW Amsterdam (direct aan het Vondelpark)

Om mee te nemen Een fles water om te drinken; makkelijk zittende kleding om in te bewegen; eventueel een eigen dekentje



Volker Moritz (geboren 1971 in Zuid Afrika) werkt als psycholoog, seksuoloog en lichaamstherapeut in eigen praktijk in Amsterdam. Sinds meer dan 25 jaar reist hij rond de wereld om nieuwe en traditionele gezondheidssystemen te studeren. Momenteel werkt hij voornamelijk met het diepe lichaamswerk van de Maoris uit Nieuw Zeeland en geeft wereldwijd les in Continuum. Hij is de enige geautoriseerde Continuum leraar en behandelaar in Nederland. Volker is bekend door zijn openheid en de natuurlijke en diepe wijze van les geven.

www.volkermoritz.com

Meer informatie en aanmelding +31-6-40719271 of vw.moritz@gmail.com.
Spontaan komen is ook altijd mogelijk. Vol is vol.