

Körpererfahrungsseminar für Trans*Menschen

Do, 25.07.2019 — So, 28.07.2019

Schwerpunkt dieses Seminars ist die Selbstbegegnung und -reflexion der eigenen Gender-Identität durch körperpraktisches Erleben: Hier hast du die Möglichkeit, deinen Körper explizit wahrzunehmen und auszuprobieren, um eine verbesserte Körperwahrnehmung zu erreichen. Inhalte des Wochenendes sind Wahrnehmungs-, Atem- und Entspannungsübungen, angeleitete Massagen allein und zu zweit unter Berücksichtigung von Trans*Besonderheiten, Tanz und Bewegungseinheiten, verbaler Austausch über die eigene Körperlichkeit in Verbindung mit der Gender-Identität, das eigene Erleben im persönlichen und gesellschaftlichen Umfeld sowie Übertragungsmöglichkeiten in den eigenen Alltag. Alle Übungen sind trans*sensibel konzipiert und die Teilnehmenden werden ermutigt, selbst zu entscheiden, wie sie die Übungen für sich gestalten und ggf. uminterpretieren.

Das Seminar richtet sich an alle selbstverorteten Trans*Menschen, ob trans, trans*, transgender, transident, transsexuell, genderqueer, genderfluid, weder-noch, nicht-binär, agender – oder noch ganz anders. Inter*Menschen sind ebenfalls herzlich willkommen. An welchem Punkt deines eigenen (Transitions)Weges du dich befindest, ist egal - du bist eingeladen.

VA-Nummer

9663

Kosten

90,- EUR

Dauer

Do, 18:00 Uhr – So, 14:30 Uhr

Dozent*innen

[Alexander Hahne](#) [K* Stern](#),

Pädagogische Leitung: Wolfgang Vorhagen

[Teilnahme anmelden](#)

