



margit hinterreiter  
akadem. mentalcoach  
dipl. lebens- und sozialberaterin

## Wenn der Körper spricht - Vertiefung

*Körpersprache, authentisch sein und kommunizieren*

„In der Haltung des Körpers verrät sich der Zustand des Geistes. Durch die Körperbewegung spricht gleichsam des Geistes Stimme" (*Ambrosius – um 340 – 397, Kirchenvater, Bischof von Mailand und Hymnendichter*).

### Kursziel

Im Aufbaukurs vertiefen wir das Wissen der Körpersprache und deren Zusammenhänge mit Gedanken und Worten. Wir werden Gelerntes weiter üben und durch das Feedback der anderen erkennen, wie wir wirken, was wir aussenden und wie wir unsere positive Ausstrahlung gewinnen können. Durch das Erkennen eigener Körper-Sprache, werden wir auch andere besser einordnen und verstehen können. Die Körpersprache wird „Alltagstauglich“!

### Inhalt

- Wiederholung des Gelernten
- Vertiefung der gelernten Körper-Übungen und mentalen Techniken
- Selbstfeedback und Fremdfeedback
- weitere mentale Techniken
- andere besser einordnen und verstehen können

### Leitung

Margit Hinterreiter ist akadem. Mentalcoach, NLPaed Lerncoach, dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Dozentin an div. Erwachsenenbildungsstätten, Suggestopädin, Atemrhythmisch fundierte Pädagogin, Heilpädagogin und Ganzheitstherapeutin, CliniClown.

## KURSORTE

### 1. Stein Egerta, Schaan

Beginn	Donnerstag, 18. Nov. 2021
Dauer	18.30 bis 21.00 Uhr
Ort	GZ-Resch, Schaan (sollte es aufgrund von COVID-19 nicht möglich sein, den Kurs vor Ort abzuhalten, wird er auch als Online-Kurs angeboten.)
Kosten	sind auf der Homepage ersichtlich <a href="https://www.steinegerta.li">https://www.steinegerta.li</a> (zzgl. € 15,00 für die Unterlagen – vor Ort zu bezahlen)
Was du brauchst	Trinkflasche, Schreibzeug



margit hinterreiter  
akadem. mentalcoach  
dipl. lebens- und sozialberaterin

## 2. VHS-Hohenems

Beginn	Dienstag, 29. März. 2022
Dauer	18.30 bis 21.00 Uhr
Ort	VHS-Hohenems (sollte es aufgrund von COVID-19 nicht möglich sein, den Kurs vor Ort abzuhalten, wird er auch als Online-Kurs angeboten.)
Kosten	sind auf der Homepage ersichtlich <a href="https://www.vhs-hohenems.at">https://www.vhs-hohenems.at</a> (zzgl. € 15,00 für die Unterlagen – vor Ort zu bezahlen)
Was du brauchst	Trinkflasche, Schreibzeug