

**Der KreisLandFrauenverband Enzkreis  
lädt ein zum Schulungsprogramm**



**Stark, klar, präsent – Körperausdruck  
& Embodiment wirkungsvoll einsetzen**

**Samstag, 04. Juli 2026**

VereinsRaum LandFrauen Remchingen Rembar,  
Frauenwaldstraße 6, 75196 Remchingen

Referentin: Aylin Bergemann  
Bildungs- und Sozialwerk des  
LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V.

Im Auftrag des Bildungs- und Sozialwerks des  
LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V.



## Stark, klar, präsent – Körperausdruck und Embodiment wirkungsvoll einsetzen

Wie wir stehen, gehen, schauen – all das spricht Bände. In diesem Tagesseminar geht es um die Kraft des Körperausdrucks, um Präsenz im Moment und darum, wie Körper und Gefühl sich gegenseitig beeinflussen.

Mit vielen praktischen Übungen entdecken wir, wie wir durch Haltung und Bewegung innere Stärke zeigen – und spüren.

Embodiment-Impulse helfen, die Verbindung zwischen Körper und Psyche bewusster zu nutzen – für mehr Selbstsicherheit, Klarheit und Ausstrahlung im Alltag.

- Körperausdruck verstehen und gezielt einsetzen
- Präsenz im Hier und Jetzt erleben
- Embodiment: Gefühle durch Bewegung beeinflussen
- Stärkende Rituale und Haltungen für den Alltag

Für alle Frauen, die klar, präsent und authentisch auftreten möchten – ob privat, im Beruf oder im Ehrenamt.

<b>Uhrzeit</b>	09.30 – 13.30 Uhr
<b>Anmeldung bis 20.06.2026 bei</b>	Christine Böhmerle E-Mail: <a href="mailto:info@landfrauen-enzkreis.de">info@landfrauen-enzkreis.de</a> Telefon: 07042 911 227