

PlayFight – Spielerisches Raufen



Playfight St. Gallen

Playfight ist spielerisches Raufen im sicheren Raum des Kreises für Frauen & für Männer. Bin ich dazu nicht etwas zu alt? Hoffentlich nicht! Denn es macht einen Heidenspass miteinander herumzutollen, wild zu sein, sich gegenseitig herauszufordern und die Energie und die Kraft in sich und im anderen zu spüren. Es wird viel gelacht und doch miteinander gerungen, du bist auf dich und den anderen fokussiert, alles andere wird ausgeblendet, du bist vollkommen im Hier und Jetzt. Und es ist eine Chance, dem Gegenüber auf ganz neue Art zu begegnen, du spürst den inneren Krieger genauso wie das innere Kind, bei dir und beim anderen. Diese geteilte Lebendigkeit verbindet ungemein! Gegenseitige Wertschätzung und Spiegel aus dem Kreis helfen zusätzlich, dieses bewegende Erlebnis zu integrieren und wertzuschätzen.

**Do 3.1., 7.2., 7.3., 4.4., 2.5., 6.6. bitte bis am Vortag
anmelden 19:00 – ca 21:30 30 – 35.- Fr.**

in St.Gallen im Centrum St.Mangen hinter der
Kirche St.Mangen, Nähe Marktplatz

Mitbringen: bequeme Kleider & Trinkflasche
Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Leitung: Andreas Föhr www.herzens-anliegen.ch
Infos und Anmeldung: info@herzens-anliegen.ch