

BodyNVC®

ODER

DIE KUNST DEINEN KÖRPER ZU KENNEN



Spüre deine Zellen...

**Gewaltfreie Körper
Kommunikation**

mit Sabine Geiger

Samstag, 04.07/ Sonntag, 05.07. 2026
Servicezentrum (ASZ), Siegesstraße
80802 München -Schwabingl

Viele erleben GFK als wertvollen und kraftvollen Lebensweg.
Gleichzeitig gibt es Menschen, die sich nach einem mehr
körperlichen Prozess sehnen, mit weniger Worten.
Genau das bietet BodyNVC.

*„Ich bin immer noch ganz erfüllt von alldem was an diesem Wochenende
entstand. Mich durch die Augen Anderer in liebevoller Güte zu erkennen, das
hat mich tief berührt.“*

Elisabeth Z., Berlin

*„Ich gehe mit viel Vertrauen nach Hause. Body NVC ist für mich der Schlüssel
für die Öffnung zu Veränderung.“*

Helga N., Hamburg

Die Weisheit des Körpers

Dein Körper speichert alle Erfahrungen in den Zellen. Wenn wir Zugang zu dieser kostbaren Information haben, können wir uns selbst und andere Menschen besser verstehen. Der Körper ist also ein wunderbarer Schlüssel zu Verbindung und Verständnis.

Mit allen Sinnen

In diesem Workshop richten wir den Fokus auf unsere intuitive Weisheit. Um mit unseren Bedürfnissen in Kontakt zu kommen, nutzen wir alle Sinne. Wir gehen auf eine Entdeckungsreise; sie geht wie von selbst. Experimentieren, gemeinsam, spielerisch.

Was Body NVC bietet

Die Botschaften des Körpers erforschen, Unterstützung bei der GFK-Arbeit erhalten und viele Übungen mit nach Hause nehmen. Und dabei auch noch Spaß haben.

Abwechslungsreiches Programm

Musik, Tanz und freie Bewegung wechseln sich ab mit Meditation, Visualisierung und kreativem Ausdruck. Integriert werden die individuellen Erfahrungen in kleinen und großen Gesprächsrunden.

Zeiten: Samstag, 10:00-18:00Uhr; Sonntag, 10:00-16:30 Uhr
Kosten: € 250 – € 550 (die Bedürfnisse Aller einbeziehend)

Anmeldung: Elisabeth Sachers; elisabeth@sachers-training.de
Tel: +4915204424987

Für die Teilnahme am Seminar sind keine GFK-Vorkenntnisse nötig.

Ich freue mich auf offene Herzen und eine inspirierende Zeit!
Sabine



Sabine Geiger ist Psychologin, zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation und Assessorin bei CNVC. Seit über 30 Jahren leitet sie Gruppen in Bewusstseinsarbeit. Ihr Buch *Empathie als Schlüssel* mit BodyNVC Kapitel erschien im September 2015 im Beltz Verlag. Weitere Infos: SabineGeiger.de