



Zapchen Somatics

Eine Einführung mit Cornelia Hammer

Weingarten 12.-14.03.2027

Zapchen Somatics ist eine tiefgründige und zugleich schlichte Methode, die leicht zu erlernen und unmittelbar erfahrbar ist. Sie lädt dazu ein, die eigene Körperwahrnehmung zu vertiefen, sich im eigenen Körper sicherer zu fühlen und mehr Klarheit in der Wahrnehmung entstehen zu lassen. Dabei können Freude, Gelassenheit und Humor ganz von selbst auftauchen, und die Fähigkeit zur Selbst-regulation wird auf spielerische Weise gestärkt.

Entwickelt wurde Zapchen Somatics von Julie Henderson. Die Methode vereint Einflüsse aus westlichen körperpsychotherapeutischen, hypnotherapeutischen und psychotherapeutischen Ansätzen, und sie hat Wurzeln im tibetischen Buddhismus, insbesondere im Vajrayana und Dzogchen.

Das Seminar bietet Raum für Selbsterfahrung, Austausch und gemeinsames Lernen. Fragen zur therapeutischen Anwendung und zur Begleitung von Menschen sind willkommen und werden aufgegriffen und beantwortet.

Cornelia Hammer

Cornelia Hammer ist, nach langjährigem Training durch Dr. Julie Henderson, als ZAPCHEN Lehrerin autorisiert, und sie hat das ZAPCHEN TSOKPA Institut Kassel mitbegründet. Sie ist Dipl.-Psych. und arbeitet als Psych. Psychotherapeutin, Körpertherapeutin und Psychoonkologin in eigener Praxis.

Kurszeiten Freitag 18.00-21.00 Uhr, Samstag 09.30-13.00 Uhr / 15.00-18.30 Uhr

Sonntag 09.30-13.00 Uhr

Kursort Hospiz Ambulant Schützenstr. 5, 88250 Weingarten

Kosten 320 Euro

Anmeldung Annette Marschall, Zapchen Tsokpa Institut Kassel, www.zapchen-kassel.com