



Frankfurt, 25. Januar 2018

Wieder anschliessen - ans AT-Glück :-)

Sind Sie online, on-line oder on the line?

Vermutlich werden Sie sich fragen: was für eine Wortklauberei betreibt sie denn jetzt
Bei weitem keine. Lesen Sie weiter.

Später werden Sie die Auflösung finden - und könnten dabei sein!

Damit Sie auf dem Laufenden bleiben, was in meiner Alexander-Technik und Coachingwelt
so alles los ist, kommt heute für Sie ein Überblick über die nächsten Aktivitäten.

Alexander-Technik-LehrerIn werden

Die AT-Lehrerausbildung läuft, macht uns sehr viel Freude und wünscht sich neue,
neugierige und interessierte StudentInnen.

Wir haben eine Facebookseite für S.E.L.F. und freuen uns über viele „Gefällt-mir“-Klicks
und natürlich Posts, damit es sich weiter verbreitet.

<https://www.facebook.com/selfalexandertechnik/>

Die AT-ff.-Gruppe ab 12. Februar

Gelassenheit und Lebensqualität: die Alexander-Technik-Gruppe zum Vertiefen
5 Abende für Ihr Wohlbefinden

Diese AT-Gruppe ist beliebt, hat sich etabliert und findet jetzt schon zum 5. (oder 6.?) Mal
statt. Ich freue mich, dass sie soviel Zuspruch hat und starte die nächste Runde. Die Ideen
gehen uns nie aus, wie Alexanders Entdeckung unser Leben bereichern und erleichtern
kann.

Alle Infos stehen auf der Seite <http://www.gabriele-breuninger.de/category/termine/>

Hier die Kurzinfor:

12. Feb., 12. März, 16. Apr., 14. Mai, 18. Juni

19.15 Uhr - 20.30 Uhr

125 Euro (einzeln 35 Euro)

ff. S. 2

GABRIELE BREUNINGER

Elegante Lösungen fürs Leben

Coaching, Alexander-Technik, Farb-/Stilberatung



GfK & AT am 11. März

Der doppelte Boden hinter den 4 Schritten: Gewaltfreie Kommunikation trifft Alexander-Technik

Jürgen Engel und ich bieten das wirkungsvolle Seminar für GfK-Begeisterte wieder an. Alle Infos stehen auf der Seite <http://www.seminargourmets.de/gewaltfreie-kommunikation/der-doppelte-boden-hinter-den-4-schritten-gfk-trifft-alexandertechnik/>

Gesund im Büro am 17. März

Zwischen Tasten, Maus und Telefon - gesund & entspannt arbeiten im Büro

Das beliebte Seminar findet wieder an der VHS Frankfurt in F-Höchst statt. Alle Infos stehen auf der Seite <https://vhs.frankfurt.de/de/portal#/search/detail/122838>
Kursnummer: 3288-01 West

Tommy Thompson 5.&6. Mai

Tommy Thompson (USA) kommt wieder nach Frankfurt!
The heart in my hand - compassionate touch and change
Am 4. Mai wird er AT-Einzelstunden geben.
Demnächst gibt es alle Infos stehen auf meiner Internetseite
und in einem eigenen Rundbrief.

Und dann gibt's noch:

die AT-Info-Abende

immer am 1. Montag im Monat von 20 bis 21 Uhr
ohne Anmeldung, ohne Kosten - rennen Sie mir die Bude ein :-)
Alle Termine stehen auf der Seite gabriele-breuninger.de **hier klicken**

die High Heel Kurse - NEU: Geht sexy nur in hohen Schuhen?

Denn auch in Ballerinas kann man furchtbar latschen und eine schlechte Figur abgeben ;-)
Daher will ich mit dem Kurs ALLE Frauen ansprechen, die elegant & entspannt gehen lernen wollen - für den perfekten Auftritt.
Die Termine für 2018 stehen auch schon fest - ganz entspannt samstags oder Freitag abends für ein freies Wochenende.
Der erste Kurs 2018 wird am 24. März stattfinden.
Alle Termine stehen auf der Seite <http://www.gabriele-breuninger.de/category/termine/>

ff. S. 3



Und jetzt des Rätsels Lösung - TATA: online - online - online - online - online

Bin ich gefährdet (on the line), halte ich schritt (on-line) oder bin ich angeschlossen/im Dialog (online)???

Natürlich mit der Alexander-Technik!

Will heißen:

Laufen Sie Gefahr, AT im Alltag zu vergessen?

Oder halten Sie grade so Schritt - manchmal denken Sie dran?

Oder wären Sie gern online - also immer angeschlossen an die wunderbare Wirkung, die AT entfalten kann?

Mein neues Projekt heißt: „**AT-Angeschlossen!**“

also Alexander-Technik-Online-Unterricht

Da das Ganze für mich ein Experiment ist, ich mit keiner Erfahrung aufwarten kann, die Technik zu bewältigen ist und ich vermutlich mehr lerne als Sie, **suche ich für den Versuchsdurchlauf drei Personen**, die sich drauf einlassen können:

- dass ich vielleicht mit der Technik kämpfen muß
- dass ich ausprobieren werde, was AT-mäßig funktioniert
- dass ich lerne, wie ich am besten ohne Hände unterrichte
- mir im Anschluß Rückmeldung zu geben mit Hilfe einiger Fragen

Die Planung ist:

- 3 Termine à 30 Minuten, fest zugesagen und ungestört dabei sein können

Donnerstag, 15. Februar um 19.30 Uhr

Donnerstag, 22. Februar um 19.30 Uhr

Donnerstag, 01. März um 20.00 Uhr

- Sie brauchen die Software zoom.us (kostenfrei und leicht zu handhaben) und einen Computer mit Kamera und Mikrofon

- **natürlich für Sie kostenfrei**

- und Sie bekommen rechtzeitig vorher Infomails für zoom und den Ablauf.

Ich freue mich riesig, wenn sich 3 neugierige Menschen finden und sich mit mir auf diesen neuen Weg begeben. Schreiben Sie mir bis Donnerstag, 1. Februar eine Mail an gb@gabriele-breuninger.de, wenn Sie teilnehmen wollen. Denken Sie dran: es ist wichtig, dass Sie an ALLEN DREI Terminen dabei sein können.

GABRIELE BREUNINGER

Elegante Lösungen fürs Leben

Coaching, Alexander-Technik, Farb-/Stilberatung



ff. S. 4

Das gewohnte Zitat ist heute eine Anregung, nach dem Winter wieder aufzutauen:

Tanze, als würde niemand zusehen.
Liebe, als würdest Du niemals verletzt.
Singe, als würde niemand zuhören.
Lebe, als wäre der Himmel auf Erden.
(Mark Twain)

Vor allem zu Letzterem hat Alexanders Entdeckung sehr viel beizutragen, finde ich (und manche von Ihnen haben es bereits erlebt ...)

Ich wünsche Ihnen für 2018 ein bisschen Himmel auf Erden, erfüllte Wünsche, Gesundheit und Heiterkeit und freue mich, Sie wieder zu sehen, zu hören oder zu lesen :-)

Herzliche Wintergrüße
Ihre
Gabriele Breuninger

"Elegante Lösungen fürs Leben"

