

ROSENMETODEN

Tag med os på en eventyrlig rejse til din indre stemme / dit indre liv.
1. – 3. november 2019

Lad os sammen:

- Udforske betydningen af enkel nærværende berøring. Mærke det på egen krop
- Udforske hvad der sker når vi tør blive i det ukendte
- Udforske den frihed som Rosenbevægelser kan skabe i kroppen

Du vil lære om de enkelte ingredienser i Rosenarbejdet:

- Hvordan muskelspændinger påvirker det frie åndedræt
- Hvordan man berører med en blød modtagende hånd
- Hvordan man ser muligheder i kroppen

Kurset bliver holdt på Sostrup Slot & Kloster, der ligger midt i den smukke natur på Djursland. Under kurset serveres morgenboller, kaffe, te, vand, frokost, kage og middag med salat de 2 første dage.

Pris: 5.300 kr dk. (5.000 kr dk hvis du betaler før d. 1 oktober).

Danske Bank: Reg: 3199. Kontonr.:3199369997

Kontakt: Karen Vinding. Tlf. +45 2625 4940 eller krop@karenvinding.info

Kurset tæller som grundkursus i Rosen uddannelsen

"What happens when you relax, is that you can feel strength to live." Marion Rosen

Det er muligt at overnatte på slottet:

Pris pr. person, pr. nat:

Enkeltværelse, klostercelle med Hästens seng	Kr. 750,00
Dobbeltværelse, klostercelle med Hästens seng	Kr. 475,00
Enkeltværelse i lejlighed med delt bad/toilet	Kr. 500,00
Dobbeltværelse i lejlighed med delt bad/toilet	Kr. 300,00

For booking og oplysninger om evt. allergier kontakt Sostrup Slot & Kloster.

Sostrup Slot & Kloster – Maria Hjerte Engen 1 – 8500 Grenå – Tlf. 8844 1200 – info@sostrup.org – www.sostrup.org

International lærer team

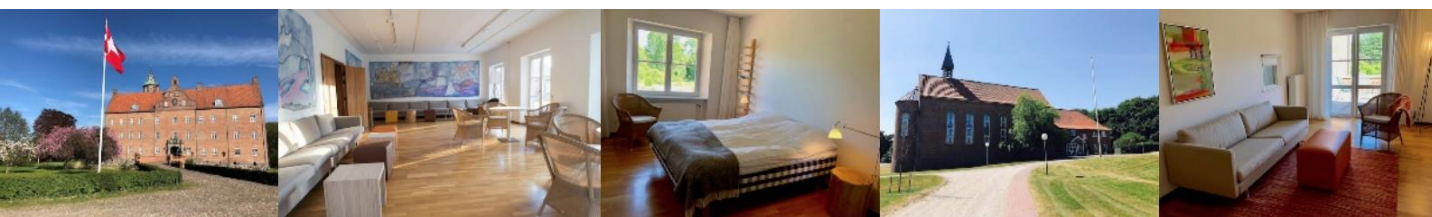
Karen Vinding
Lærer fra Danmark
JOY



Trude Sellaeg
Lærer fra Norge
CLARITY



Valerie Luoto
Lærer fra California
LOVE



ROSENMETHOD

Come ride with us on this adventure to your inner knowing / inner life
1st – 3rd november 2019

Let's together:

- Explore the power of simple, present touch. Feel in our own body what touch can do
- Explore what happens when we dare rest in the unknown
- Explore the freedom Rosen Movement can bring to the body

You will learn about the ingredients in the Rosen Bodywork and the Rosen Movement:

- How muscle tension and the free breath are related
- How to see possibilities in a body
- How to touch with a soft hand

The course is held at Sostrup Castle & Monastery, surrounded by beautiful nature. During the course there will be served morning roll, lunch, coffee, tea, water, cake in the afternoon and dinner the first 2 nights.

“What happens when you relax, is that you can feel strength to live.” Marion Rosen

Price: 5.300 kr dk. (5.000 kr dk if you pay before the 1th of October).

Paid to account: SWIFT-BIC: DABADKKK. Iban: DK81. 30003199369997 **Contact:** Karen Vinding. Ph. +45. 2625 4940 or krop@karenvinding.info

This course will count as an introductory course in the Rosen training

You can stay at the Castle:

Price per person per night:

Singleroom with "Hästens" bed	Kr. 750,00
Doubleroom with "Hästens" bed	Kr. 475,00
Singleroom in apartment with shared bath/toilet	Kr. 500,00
Doubleroom in apartment with shared bath/toilet	Kr. 300,00

For reservation and information regarding allergies contact Sostrup Slot & Kloster.

Sostrup Slot & Kloster – Maria Hjerte Engen 1 – 8500 Grenå – Tlf. 8844 1200 – info@sostrup.org – www.sostrup.org

International teaching team

Karen Vinding
Teacher from
Denmark
JOY



Trude Sellaeg
Teacher from
Norway
CLARITY



Valerie Luoto
Teacher from
California
LOVE

