



## Rio Abierto Halbtages-Workshops in Amberg

**Mit:** Sonja Seppi, Pädagogin, int. Rio Abierto Dozentin,  
 Spiraldynamik-Medical Yoga Trainerin, Brixen, Südtirol  
**Für:** Alle Interessierten  
**Wann:** Sonntag, 04.07.2021  
 Workshop am Vormittag W1 09.30 – 12.30 Uhr  
 Workshop am Nachmittag W2 13.30 – 16.30 Uhr  
**Wieviel:** Kosten für einen Workshop: 45,00 €  
 Kosten für beide Workshops zusammen: 80,00 €  
**Wo:** Turnhalle des HPZ → Fallweg 43, 92224 Amberg  
**Veranstalter:** Freizeitclub der Lebenshilfe Amberg-Sulzbach e.V.  
**Anmeldung:** unter 01577 175 6806 bei Kerstin Klug oder unter  
[kerstin.klug@posteo.de](mailto:kerstin.klug@posteo.de)

Bitte bewegungsfreundlich gekleidet sein und eine Decke mitbringen!  
 Turnschuhe sind nicht nötig. Die aktuellen Hygienevorschriften werden berücksichtigt.

Rio Abierto heißt: der „offene Fluss“, fließend, sich ständig verändernd

- ist Metapher für den Fluss des Lebens
- ist eine Art Lebensschule aus Argentinien
- ist pures Erleben im Moment, immer neu, immer anders – einfach Lebenstraining
- ist Co-Kreativität
- ist die Freiheit lebendig zu Sein – jenseits von „richtig und falsch“
- ist Bewegung und Ruhe, Musik und Stille, Aktivität und Kontemplation
- ist eine lebendige Methode, eine Annäherung an das Geheimnis des Lebens
- ist unbeschreiblich erfrischend
- befreit vom vielen Müssen
- kann man einfach selbst ausprobieren 😊