

INTENSIVKURS KÖRPERARBEIT

7. - 13. Juni 2026
Hotel Payerbacherhof, NÖ

Offener Abend
7. Juni 2026, 18 Uhr



- **Lernen durch Zusehen:**
Demonstration von Sitzungen
- **Kognitives Lernen:**
Vorträge und Präsentationen
- **Lernen durch Erfahrung:**
Berühren und Berührt-Werden
- **Sharingkreise:** Zuhören,
Wesentliches Mitteilen, Mitfühlen

Kursort:

Hotel Payerbacherhof
Hauptstraße 2,
A-2650 Payerbach, NÖ

Voraussetzung zur Teilnahme ist
ein **Einführungs-Kurstag**.

Nächste Möglichkeit: **31. Mai**
in **Wien**



Rosen-Methode
Österreich

KÖRPERBEWUSSTSEIN: DIE INNERE REISE

Im Fokus dieses Intensivkurses steht eine tiefere innere Beziehung zu uns selbst – ohne Einschränkungen durch körperliche und geistige Angewohnheiten, wie sie durch Schwierigkeiten und Herausforderungen in der Vergangenheit entstanden sind. Das Ziel ist, in einen inneren Raum einzutauchen, wo wir mit unserem Selbst verbunden sind und einen Zustand der Unversehrtheit und Sicherheit erfahren können – und uns unserer eigenen Wahrheit bewusst werden.

Einen Pfad dorthin stellt die achtsame und einfühlsame Rosen-Berührung dar, die Muskelanspannung in direktem Kontakt erspürt und zur Entspannung einlädt. Wenn der Körper antwortet und sich die Muskeln lockern, ändert sich auch der Atemrhythmus. Oft kommen Gedanken, Erinnerungen, Empfindungen und Gefühle an die Oberfläche, die mit dieser sich lösenden Anspannung verbunden sind.

Wenn wir zu einer tieferen Verbindung mit uns selbst gelangen, kann auch ein Zustand tiefer Ruhe entstehen, wo Erinnerungen und Geschehnisse der Vergangenheit nicht länger im Mittelpunkt stehen, sondern sich ein innerer Raum des Ganzseins eröffnet.

Kursleitung:



Mary Kay Wright, USA
Senior Teacher



Bill Samsel, USA
Senior Teacher



Olivia Helmer-Wollinger, AT
Co-Teacher-in-Training

Anmeldung online: www.rosenmethode.at

BODYWORK INTENSIVE

June 7 - 13, 2026
Lower Austria

Open Evening
June 7, 6pm



- **Learning by watching:**
Demonstration of Sessions
- **Cognitive Learning:**
Lectures and Presentations
- **Learning by experiencing:**
Touching and Being Touched
- **Sharing Circles:** Listening,
Sharing the Essentials, Empathize

Course Location:

Hotel Payerbacherhof
Hauptstraße 2,
A-2650 Payerbach, NÖ

Requirement:

Introductory Workshop-Day.

Next entry: May 31st, Vienna



**Rosen-Methode
Österreich**

SOMATIC SELF-AWARENESS: THE JOURNEY WITHIN

with **Mary Kay Wright, Bill Samsel**
and **Olivia Helmer-Wollinger**

The focus of this Rosen Method Bodywork Intensive training course will be accessing the deeper internal relationship with ourselves that is not distracted or limited by habits and patterns of mind and body created by past difficulties and challenges. The goal will be to deepen into an internal space that connects with one's essential self, where it is possible to experience a state of wholeness and safety, unbroken, and aware of one's own truth. Connection with the fundamental beat of life flowing through the body, at ease, not defending, allows an expansion of awareness and consciousness of who the self is.



Mary Kay Wright, USA
Senior Teacher



Bill Samsel, USA
Senior Teacher



Olivia Helmer-Wollinger, AT
Co-Teacher-in-Training

Registration online: www.rosenmethode.at