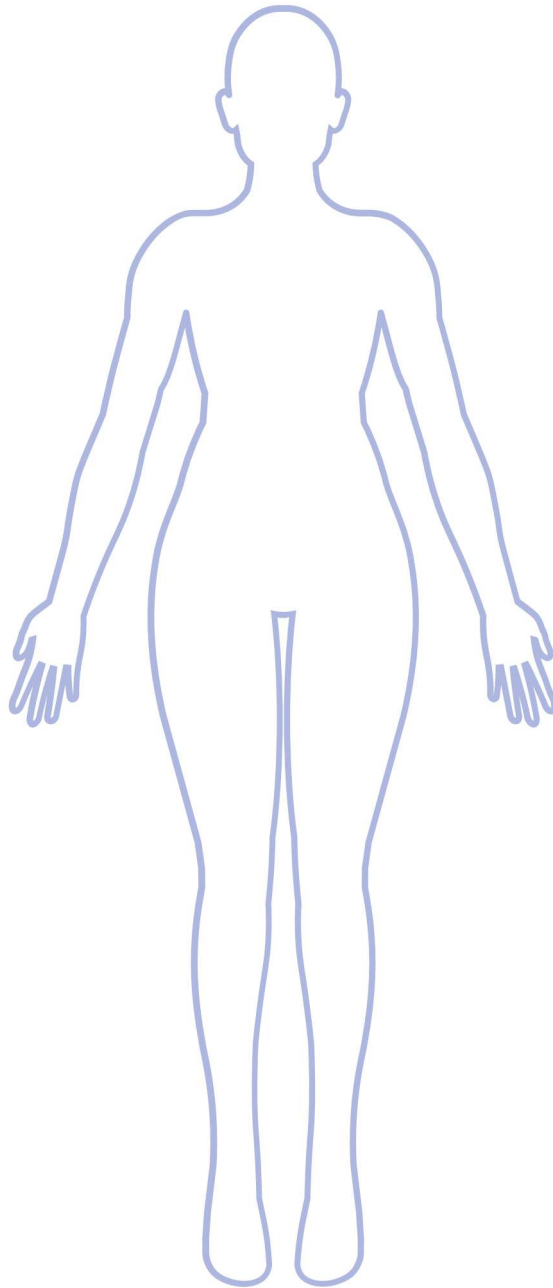


Orientierung in dir



Spüre deinen Körper.

- **Wo ist Ruhe, wo Unruhe?**
- **Wo Schwere, wo Leichtigkeit?**
- **Wo Anspannung, wo Entspannung?**

(Wenn du magst, male es in einem Körperumriss farbig ein.)