



Jeanne Jensen

# FASCIAL FLOW®

## Introduktion til Fascial Flow® - en port til en ny kropsbevidsthed

*Weekendworkshop 2019 for professionelle hos Tone Gilje, Norge. 16. - 17. november 2019*

Få en indføring i sammenhæng af fascia, bindevævet og væskerne i kroppen. Lær hvordan smerte, stress og det autonome nervesystem kan få det bedre gennem bevægelse. Bliv klogere på hvordan du kan tale til den plastiske hjerne igennem fascia/bindevævet og væskerne i kroppen.

Jeanne Jensen guider dig igennem nuancerede bevægelser, der genopbygger elasticiteten i bindevævet, så du kan mærke det sanseligt i kroppen. Du får en introduktion til en måde at bevæge kroppen på, som over tid kan

gøre dit bindevæv mere plastisk, spændstig og modstandsdygtigt.

Gennem strukturerede øvelser, frie flows og subtile bevægelser kan du gradvist give slip på gamle spændinger og få adgang til nye ressourcer, psykisk som fysisk.

Undervisningen er oplevelsesorienteret og understøttes af teori undervejs. Oplagt supplement for fysioterapeuter og kropsterapeuter, eller som en indgang til at blive Fascial Flow® Guide.

**DATO:**

Lørdag 16/11/19 kl. 9.30 - 16.30

Søndag 17/11/19 kl. 9.30 - 16.30

**PRIS:**

NKR 3995.- (ved tilmelding inden 7/9/19 kun NKR 3300.-)

**STED:**

Kongsgata 44, 4005 Stavanger, Norway

**TILMELDING:**

tongi@online.no

**BETALING:**

konto 2095 52 70453, Tone Gilje

**Jeanne Jensen** har mere end 25 års erfaring i bindevæv og væskernes betydning for kroppens og psykens balance og velvære. Hun er uddannet i Rofling, Continuum Movement® og har studeret med Bonnie Bainbridge og Peter Levin. I Fascial Flow har hun udviklet en unik kombination af disse former, hvor fokus er på kroppens evne til at hele og regenerere sig selv, gennem kobling af bevægelse og bevidsthed i en sanselig og opbyggende bevægelsesform. [www.denlevendekrop.dk](http://www.denlevendekrop.dk)

**Tone Gilje** er uddannet Advance Rolfer®, massør og kropsterapeut. For hende er kroppen vært en innfallsvinkel til helse og velvære. Hun har vært nysgjerrig på bevægelse og meditative praksiser helt siden 1970. Da hun ble introdusert til Continuum Movement® og Emilie Conrad, ble tidligere erfaringer satt i en stor nok sammenheng. Tone har også en 8-årig Psykodrama-regi utdanning. [www.tonegilje.no](http://www.tonegilje.no)