



Warsztaty „Kontakt Improwizacja” to spotkanie ze sobą oraz z drugim człowiekiem, zgłębianie przestrzeni wewnętrznej i tworzenie relacji. Jeśli zastanawiasz się jak być w kontakcie ze sobą – oddechem i ciałem, to spotkania te są ogromną szansą na własny rozwój. Świadomość siebie i swoich odczuć, skupienie, a także wiedza o swoich możliwościach w oparciu o „bycie” drugiej osoby – wszystko to w praktyce. Instruktor: Paulina Mąkowska

