

Eutonie bedeutet Wohlspannung

Durch eine verfeinerte Körperwahrnehmung lassen sich Anzeichen von Stress und Überforderung – etwa flache Atmung oder verspannte Muskeln – früher erkennen und bewusst lindern. Bewegungen werden geschickter, ungünstige Haltungen bewusster und leichter veränderbar. Auch Gefühle lassen sich besser einordnen, denn Körperempfindungen und Emotionen sind eng verbunden.

Ein gutes Körpergefühl fördert Selbstvertrauen und mentale Stärke.



30 Jahre im Austausch – das feiern wir 2027!

Drei Jahrzehnte Vernetzung, kollegialer Austausch, gemeinsame Fortbildungen und Erlebnisse: Zum Jubiläum laden unsere qualifizierten Eutonie-Pädagoginnen und -Pädagogen sowie -Therapeutinnen und -Therapeuten zu 30 kostenlosen Angeboten ein. Für dieses Engagement danken wir unseren Mitgliedern herzlich – und freuen uns darauf, unsere Begeisterung für Eutonie mit Ihnen zu teilen!



Lernen Sie Eutonie ganz unverbindlich kennen!

Ob online oder vor Ort, in der Gruppe oder einzeln: Erleben Sie, wie Eutonie die Verbindung zum eigenen Körper vertiefen kann. Dabei kommen natürliche Materialien wie Kirschkernkissen, Bambusstäbe und Filzbälle zum Einsatz. Gezielt angewendet können sie beruhigen oder anregend wirken, Verspannungen lösen und Beweglichkeit, Gleichgewicht sowie Aufrichtung unterstützen.

Herausgegeben von:
DEBEGA
Deutscher Berufsverband
Eutonie Gerda Alexander e.V.
www.eutonie.de

Eutonie 2027 - Wir feiern!
Festakt in Berlin
am 09. Oktober 2027
weitere Infos
www.eutonie.de

Mit freundlicher Unterstützung von:
DEGGA – Deutsche Eutonie-Gesellschaft Gerda Alexander e.V.

Zusammen wohl gespannt



30+
kostenfreie Angebote

12. Januar 2027 | 19:00 – 20:00 | „Wohlbefinden stärken mit Eutonie“
ONLINE | Martina Kress | info@eutonie-kress.de | www.eutonie-kress.de

14. Januar 2027 | 10:00 – 11:00 | „Bei mir zu Hause sein - Einladung zu einer Stunde Eutonie online“ | **ONLINE** | Gerda Maschwitz | info@wege-der-stille.de | www.weg-der-stille.de

15. Januar 2027 | 10:15 – 11:15 | „Neue Wege gehen“
Eutonie online via Zoom | **ONLINE** | Isabelle Pelti Kromm
mail@eutonie.online | www.eutonie.online | Tel. 0177 8555042

16. Januar 2027 | 10:00 – 12:00 | „Eutonie-ein Weg zur guten Körperspannung“
TÜBINGEN | Altes Schulhaus | 72070 Tübingen-Hirschau
Barbara Göger | barbara.goeger@goeger.com | Tel. 07071 288335

21. Januar 2027 | 10:00 – 11:00 | „Bei mir zu Hause sein“
MUCH | Eutonie-Zentrum Wege der Stille | Hetzenholz 11-13 | 53804 Much
Gerda Maschwitz | info@wege-der-stille.de | www.weg-der-stille.de

01. Februar 2027 | 17:00 – 17:45 | „Verspannungen lösen und Schmerzen lindern“
BREMEN | Berliner Freiheit 1d | 28327 Bremen
Carina Urban | urban.carina@gmx.net

03. Februar 2027 | 12:15 – 13:15 | „Eutonie und Yoga - die Kunst des Loslassens“
FRANKFURT/M | Private Yoga Institute | Mörfelder Landstr. 44
60598 Frankfurt/M. | Isabelle Pelti Kromm
mail@eutonie.online | www.eutonie.online | Tel. 0177 8555042

05. Februar 2027 | 18:00 – 20:00 | „Der bewegliche Brustkorb“ Resonanz
Bewegung und Ausdruck neu erfahren | **ONLINE** | Birgit Léona Krengel
birgitleona@eutonie-darmstadt.de | www.eutonie-darmstadt.de

11. Februar 2027 | 18:00 – 19:00 | „Bewegt Loslassen“
RANSTADT | TanzRaum Ringstraße 13 | 63691 Ranstadt | Isabelle Pelti Kromm
mail@eutonie.online | www.eutonie.online | Tel. 0177 8555042

26. Februar 2027 | 19:00 – 20:00 Uhr | „Dem Körper zuliebe“
LAHR | Yogaraum Bismarckstraße 40 | 77933 Lahr
Ute Merten | eutonie-merten@posteo.de

05. März 2027 | Einzelstunde (60 Min.) nach Absprache
BREMEN | Bernadette Waas | eutonie-waas@gmx.de

16. März 2027 | „Dem Körper lauschen - Eutonie zum Kennenlernen“
ULM | Monika Koddebusch | eutonie-ulm@t-online.de

20. März 2027 | 11:00 – 12:30 | „Your body is a good place to be - mit Eutonie im Körper beheimatet sein“ | **ONLINE** | Karin Fietzek | karin.fietzek@t-online.de

08. April 2027 | 18:00 – 19:00 | „Vom eigenen Körper lernen“
OFFENBURG | Christel Schwiengershausen | c.schwiengershausen@gmx.de

10. April 2027 | 14:30 – 17:30 | „Achtsames Berühren in der Eutonie Therapie“
Eutonie Behandlungen kennenlernen | **GUTACH** | Praxis für Physiotherapie
Angelika Klank | 79261 Gutach | angelikaklank@web.de | Tel. 0768 14448

08. Mai 2027 | 11:00 – 12:30 | „Your body is a good place to be“ mit Eutonie im Körper beheimatet sein | **ONLINE** | Karin Fietzek | karin.fietzek@t-online.de

31. Mai 2027 | Einzelstunde (60 Min.) nach Absprache
BERLIN | Regina Baumgart | regina.baumgart@gmx.de | Tel. 0173 6792961

02. Juni 2027 | 17:00 – 18:15 | „Eutonie Schnupperangebot in Berlin“
drei Teilnehmer | **BERLIN** | Regina Baumgart | regina.baumgart@gmx.de
Tel. 0173 6792961

02. Juni 2027 | 18:45 – 20:00 | „Eutonie Schnupperangebot in Berlin“
drei Teilnehmer | **BERLIN** | Regina Baumgart | regina.baumgart@gmx.de
Tel. 0173 6792961

03. Juni 2027 | Einzelstunde (60 Min.) nach Absprache
BERLIN | Regina Baumgart | regina.baumgart@gmx.de | Tel. 0173 6792961

03. Juni 2027 | „Eutonie tut gut! - Was ist Eutonie?“
MAINZ | Frank Fabrizio | eutonie-mainz@t-online.de | Tel. 0179 5108674

05. Juni 2026 | 10:00 – 12:00 | „Eutonie & Tango - einander spüren und sich Raum geben“ | **GELNHAUSEN** | Dancing World | General-Colin-Powell Str. 8
63571 Gelnhausen | Isabelle Pelti Kromm | mail@eutonie.online
www.eutonie.online | Tel. 0177 8555042

24. Juli 2027 | 11:00 – 12:30 | „Your body is a good place to be - mit Eutonie im Körper beheimatet sein“ | **ONLINE** | Karin Fietzek | karin.fietzek@t-online.de

02. September 2027 | 10:00 – 11:00 | „Bei mir zu Hause sein“ Einladung zu einer Stunde Eutonie online | **ONLINE** | Gerda Maschwitz | info@wege-der-stille.de | www.weg-der-stille.de

07. September 2027 | ab 10:30 | „Tag der Eutonie“
REMSCHIED | Praxis für Eutonie GA | Am Finkenschlag 7 | 42897 Remscheid
Birgit Martens | birgitmartens2@googlemail.com

09. September 2027 | 10:00 – 11:00 | „Bei mir zu Hause sein“
MUCH | Eutonie-Zentrum Wege der Stille | Hetzenholz 11-13 | 53804 Much
Gerda Maschwitz | info@wege-der-stille.de | www.weg-der-stille.de

17. September 2027 | 18:00 – 20:00 | „Eutonie kennenlernen in Gelnhausen“
GELNHAUSEN | Anita Jost | anita.jost@t-online.de

02. Oktober 2027 | 14:30 – 17:30 | „Achtsamkeit für Körper und Geist“
MARBURG | Eutonie-Studio | Schückingstr.34 | Marburg | Christine Heigl
christin.heigl@t-online.de | www.eutonie-heigl.de | Tel. 0176 43397105

Oktober / November 2027 | „Durch bewusste Körperwahrnehmung Spannungen regulieren und Stress abbauen“ | **MÜNCHEN**
ESV München-Ost | Brigitte Arnold | niko.arnold@arcor.de

15. November 2027 | 18:00 – 18:45 | „Spannungen regulieren mit Eutonie“
GUTACH | Bewegungsraum Kiga Gutach | Angelika Klank
angelikaklank@web.de | Tel. 0768 14448

„Eutonie: Zur Ruhe kommen mit einer bewegten Körperreise“ | **PFORZHEIM**
Am Tag der offenen Tür in der Tagesklinik für Psychiatrie und Psychotherapie
75181 Pforzheim | Ludwig Wolf Str. 1 | Pia Haselberger | Termin im Sekretariat
erfragen | TherapieTKPF@kn-calw.de | Tel. 07231 5660200

„Eutonie und Spiritualität“ 5 Einheiten. Jede Einheit ist einzeln buchbar.
ONLINE | Ulrich Deinert | ubdeinert@web.de
Der Zoom-Link wird nach Anmeldung zugeschickt.