

BITTE BEANTWORTEN SIE DIE FOLGENDEN FRAGEN:

FRAGE 1: WAS SIND DIE WICHTIGSTEN 5 ERKENNTNISSE AUS DIESEM VIDEO?

FRAGE 2: FÜHREN SIE DIE ÜBUNG „DER SICHERE STAND“ VOR EINEM GANZKÖRPERSPIEGEL DURCH. SPIELEN SIE VERSCHIEDENE POSITIONEN DURCH UND BEURTEILEN SIE SELBST: WAS WIRKT WIE?

FRAGE 3: FÜHREN SIE DIE ÜBUNG „DIE OFFENE HAND“ VOR EINEM SPIEGEL DURCH. BEURTEILEN SIE SELBST: WAS WIRKT WIE?

FRAGE 4: WIE MÖCHTEN SIE SICH WEITERHIN MIT DEM THEMA „KÖRPERSPRACHE“ BESCHÄFTIGTEN?