

## SotoMotion: FROM THE INSIDE OUT

Summer-Workshop with Gary Hoffman Soto

2022, Aug 12-15 in Vienna

*(presented in English with discussion in German)*

In this seminar Soto will unfold the work through the Somatics and other movement practices, BodyMind Awareness including sensory awareness and kinesthetics, and the breath. This study is a doorway into cultivating resources for communication with oneself and others, personal expression and creativity. All this is applicable in various aspects of one's life including personal- and self-development, education, therapy and consulting, dance and movement disciplines, health and well being.

Soto is master of the experimental approach to the study of the self through the arts of Movement, Dance, Poetry, Improvisation including voice and text, MuShin and Somatics. He teaches all over the world and brings over 50 years of study, practice, performance and teaching in the movement arts. A list of influences includes Anna Halprin, Min Tanaka, Bira Almeida, Ruth Zaporah, Andre Bernard and Tito Sampos (for details see [www.sotomotion.com](http://www.sotomotion.com)).

In diesem Workshop wird Soto sein Konzept „Somatik“ präsentieren, indem er es prozesshaft mit den Teilnehmer\*innen entwickelt. Sein experimenteller Ansatz enthält Elemente von anderen Bewegungspraktiken, von BodyMind Awareness inkl. Sensory Awareness und Kinästhetik und der Atmung. Diese Art von gemeinsamer Erforschung eröffnet Wege, die Kommunikation mit sich selbst und anderen, den persönlichen Ausdruck und die Kreativität zu entfalten.



Soto in Action Vienna 2021

Soto lehrt überall in der Welt und bringt mehr als 50 Jahre an Forschung, Praxis, Lehre und Performance mit.

siehe: [www.sotomotion.com](http://www.sotomotion.com)

Ich lernte seine Arbeit vor ca. 10 Jahren in der Gestaltausbildung und später in seinen BodyMind-Seminaren kennen und schätzen.

Kontakt: Helene Pusswald  
Info: [www.belax.at/sotomotion](http://www.belax.at/sotomotion)  
Anmeldung: [office@belax.at](mailto:office@belax.at)

Workshop-Beitrag: 420 Euro  
Fr 12.8., 17 Uhr-Mo 15.8., 13 Uhr  
in 1020 Wien, Taborstrasse 71