

## Anmeldung

Vorname / Nachname

Geburtsdatum

Straße / Hausnummer

PLZ / Ort

Telefonnummer

E-Mail-Adresse (falls vorhanden)

Vorbelastungen

Wünsche / Themen



**SABRINA BRUNK**  
THEATERTHERAPEUTIN

[SABRINA-BRUNK.COM](http://SABRINA-BRUNK.COM)



# THEATERTHERAPIE

## spielerisch zu dir selbst finden

Ab Januar 2026 startet eine **Theatertherapiegruppe für Erwachsene**, die Lust haben, sich selbst kreativ zu begegnen – **ohne Vorerfahrung.**



*„Im Spiel darfst du sein, wer du bist – und werden, wer du sein kannst.“*

In einer **kleinen Gruppe (max. 6 Personen)** treffen wir uns einmal wöchentlich, um **zu spielen, zu forschen und zu wachsen** – ohne Leistungsdruck.



**SABRINA BRUNK**  
THEATERTHERAPEUTIN



## Was ist Theatertherapie?

- Verbindung von **Körper, Stimme, Bewegung und Imagination**
- Rollen **ausprobieren**, Altes loslassen, Neues **entdecken**
- Unterstützt bei **Stress, Blockaden, Umbruch oder Wunsch nach Leichtigkeit**

## Was dich erwartet

- Körperarbeit, Atem & Bewegung
- Improvisation und Rollenspiel
- Austausch, Bilder und Geschichten

## Rahmen und Organisation

**Start:** 30. Januar 2026 (14 Termine)

**Zeit:** freitags, 10–11.30 Uhr

**Ort:** 360° Sport + Therapie, Europastraße 3, 67433 Neustadt

**Dauer:** fortlaufend, wöchentliche Treffen (90 Minuten)

**Teilnehmerzahl:** max. 6 Personen

**Kosten:** 40 € pro Person / pro Monat

„Ich bin angehende Theatertherapeutin (DGfT) und in meiner Arbeit öffne ich Räume für Begegnung, Ausdruck und Entwicklung – durch das Medium Theater. Theatertherapie lädt dich ein, dich selbst im Spiel neu zu erleben: mit Körper, Stimme, Fantasie und Herz. Ob in herausfordernden Lebensphasen oder einfach aus Neugier am eigenen Ausdruck – hier darfst du ausprobieren, loslassen und wachsen.“



FOTO: © Mei Hubach

**Leitung:** **Sabrina Brunk** –  
angehende Theatertherapeutin (DGfT)



**SABRINA BRUNK**  
THEATERTHERAPEUTIN



**SABRINA BRUNK**  
THEATERTHERAPEUTIN



**„Spielen eröffnet dir Raum für Authentizität und persönliches Wachstum.“**

