

Obsah

<i>Úvod</i>	9
Základy	13
Telesné vnemy	41
Ladenie	61
Aktivácia tela	79
Ukotvenie a rovnováha	97
Spojenie	117
Tvorivosť a hravosť	139
Komunikácia	161
Hranice	187
Dôvera	215
Vzťahy a pripútanosť	241
Emócie v pohybe	269
<i>Cesty k ďalšiemu objavovaniu</i>	299
<i>Podakovanie</i>	301
<i>O autorke</i>	303