

**amanu Gesundheitszentrum in Piusheim bei Glonn**

## **Impulstag zu den Jahreszeiten für Frauen**

**Je nach Stand des Corona-Infektionsgeschehen mit Schwerpunkt InDoor bzw. OutDoor:**

### **Dunkelzeit**

### **Zeit, um eigene Schätze einzusammeln**

**Samstag, 07. November 2020**

**10.00 bis 17.30 Uhr**

**mit**

**Daniela von Stosch, Atemtherapeutin®**

**und**

**Susanne Schwarze, Mediatorin und Kommunikationsberaterin**

**Kosten : € 95,--**

Die Sonne hat bereits erste Schritte in die dunkle Zeit getan. Jetzt geht es darum, uns über die seelischen Schätze, die unseren Selbstwert nähren, bewusst zu werden. Wir kehren an diesem Tag in unsere innere Schatzkammer ein, halten dort inne und erspüren, welche Aspekte unserer Identität wirklich stark und tragfähig sind, um uns in stürmischen Zeiten zu stützen.

Mit dem bewährten Dreiklang aus kurzen thematischen Inputs, Übungen zum erfahrbaren Atem und Ritualen in der freien Natur wollen wir gemeinsam ein Bewusstsein für unsere ureigene weibliche Stärke entwickeln.

Durch leichte Bewegungsübungen und Körperdehnung regen wir die Atmung an und werden seelisch aufnahmefähig für neue Impulse und Erkenntnisse. Dabei dürfen sich auch Anstrengungen und Alltagsprobleme zeigen und in Stärke wandeln. Die bewegte Atemarbeit wirkt selbstregulierend und wohltuend bei vielfältigen Beschwerden.

Das Seminar findet unter Beachtung der gültigen Abstands- und Hygienevorschriften statt. Die Teilnehmerinnenzahl ist begrenzt. Bitte Brotzeit, Getränk sowie wetterfeste Kleidung mitbringen; ferner Ihren persönlichen Mundschutz sowie Händedesinfektionsmittel zum persönlichen Gebrauch.

Das Angebot dient zur Fortbildung im Bereich der Persönlichkeitsentwicklung, Atem- und Stimmbildung. Wir freuen uns auf Sie!

**Anmeldung** bitte per Mail: [daniela.vonstosch@gmx.de](mailto:daniela.vonstosch@gmx.de) oder Telefon: 08095 8715 73, Sie erhalten dann die Bankdaten zur Überweisung der Seminargebühr. Nach Eingang der Seminargebühr ist Ihre Anmeldung verbindlich.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.raumfuerneueperspektiven.de](http://www.raumfuerneueperspektiven.de)