

## Entfalte Dich neu!

Um unsere Energie gut ins fließen zu bringen, haben wir eine Qi Gong Lehrerin eingeladen. Sie wird mit uns Körperübungen im Freien an unserem Gartenteich praktizieren.

Wir freuen uns, wenn Du dabei bist!  
Aylin & Peter Fischer



Wohlfühl(en)- Wochenende (Retreat)  
im Wesertal vom 05.- 06.09.2020

Haar- & Gesundheitspraxis  
Am Bramwald 5 34399 Wesertal – Oedelsheim

## Zeit für Dich...

### ...Fühlen- Wahrnehmen- Erkennen

In einer kleinen Gruppe bieten wir Raum, um Dich selbst wahrzunehmen und zu spüren. Mit Körperübungen und Meditationen kannst Du auf der Reise nach Innen Dein eigenes Potenzial neu entdecken. Es können Impulse entstehen, die Dir einen neuen Blickwinkel auf Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft verleihen.

## Geplanter Ablauf:

### Samstag:

10.00 Uhr Ankommen und Entspannen-kleine Meditation

11.00 Uhr Austausch in der Runde

12.00 Uhr Körperübungen – Wahrnehmen – Fühlen

13.00 Uhr Mittagessen

14.00 Uhr Tanz und Meditation

16.00 Uhr Kaffeepause

16.00 Uhr Erkenne Deinen Weg... Der 1. Schritt zur Vision

18.30 Uhr Gemeinsames Abendessen  
(Grillen im Garten Lagerfeuer)

---

### Sonntag:

10.00Uhr Einfühlen in Qigong- Übung im Garten mit Qigong  
Lehrerin Jutta

11.30 Uhr Vergangenheit – Gegenwart - Zukunft

13.00 Uhr Mittagspause

14.30 Uhr Ich male meinen Körper – Arbeiten zu zweit

16.00 Uhr Kaffeepause

16.30 Uhr Einzelbehandlung nach den Mal – Erfahrungen  
Was sind Deine Ressourcen?

18.00 Uhr Abschluss und Verabschiedung

---

### **Unser Honorar:**

**290,00 € inkl. 16 % Mwst.**

45,00 € Pauschal für die Vollverpflegung.

Übernachtungsmöglichkeiten bei uns im Haus können nach Absprache genutzt werden.

Weitere Übernachtungsmöglichkeiten: Hotel  
Kronenhof oder Klostermühle

Aufgrund der aktuellen Lage haben wir die Teilnehmerzahl auf 6 Personen begrenzt und behalten uns vor, dass sich mindestens 4 Personen anmelden.

Anmeldung gerne per E-Mail bis spätestens 29.08.2020 -  
[info@amandus-seminare.de](mailto:info@amandus-seminare.de)

Tel.: 05574-9455261