

amanu Gesundheitszentrum in Piusheim bei Glonn
Impulstag zu den Jahreszeiten für Frauen

Frühlingserwachen – Erwecke Deine Lebenskraft!

Samstag, 01. März 2025 von 10.00 bis 17.00 Uhr

mit

Daniela von Stosch, Atemtherapeutin®

und

Susanne Schwarze, Mediatorin und Kommunikationsberaterin

Kosten: € 105,--

Selbst wenn hierzulande der Winter immer noch das Geschehen beherrscht, manchmal sogar mit klirrender Kälte und Schnee: Der Frühling ist schon spürbar und sichtbar. Knospen sprießen und die Natur kündigt mit zartem Grün bereits von der neuen Lebenskraft im Jahreskreis. Doch was genau ist eigentlich „die neue Lebenskraft“?

Qi, Prana, der Odem, Vitalität, die Grünkraft bei Hildegard von Bingen – in allen Kulturen und zu allen Zeiten versuchten die Menschen, dem Geheimnis der Lebenskraft auf die Spur zu kommen. Denn zu jeder Zeit war und ist es essenziell, sich der universellen Kraft des Lebens und ihrer zyklischen Natur bewusst zu sein.

Auch wir wollen gemeinsam an diesem Impulstag ein Bewusstsein für die uns innewohnende Kraft der stetigen Erneuerung schaffen, damit wir Lebenskraft für uns fruchtbar machen können, v.a. für Situationen, in denen wir sie am nötigsten brauchen.

Mit dem bewährten Dreiklang aus kurzen thematischen Inputs, Übungen zum erfahrbaren Atem und Ritualen in der freien Natur wollen wir unserer Lebenskraft nachspüren und diese aus der Tiefe unserer Seele neu erwecken.

Durch leichte Bewegungsübungen und Körperdehnung regen wir unseren Atemfluss an und werden seelisch aufnahmefähig für die Vitalkraft in uns. Dabei dürfen sich auch Anstrengungen und Alltagsprobleme zeigen. Die bewegte Atemarbeit wirkt selbstregulierend und wohltuend bei vielfältigen Beschwerden.

Die Teilnehmerinnenzahl ist begrenzt. Bitte Brotzeit, Getränk, kleine Decke und Kissen sowie wetterfeste Kleidung mitbringen.

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 und Überweisung der Seminargebühr: Stadtparkasse München, IBAN DE45 7015 0000 0018 281725. Nach Eingang der Seminargebühr ist Ihre Anmeldung verbindlich. Anmeldung bitte bis zum 23.02.2025

Weitere Informationen finden Sie unter www.raumfuerneueperspektiven.de