

Wellness, Selfness und Spirit mit Herz – Tagesseminar am 17.06.23

Seminarort: Heilsein.de Annette Hofmann
Krautheimer Weg 8, 74214 Schöntal

Seminarzeiten: Samstag 17.06.23 10.00 bis 18.00 Uhr inkl. Mittagspause
Info zur kleinen Verpflegung dazu nach Anmeldung

Ausgleich: 90 Euro für den Tag, mögliche Zusatzbuchung siehe unten

Wellness bedeutet Wohlfühlen und einen guten Zugang zum eigenen Körper zu pflegen, ebenso alles im eigenen Leben willkommen zu heißen rund um Schönheit, Entspannung und Erholung.

Selfness bedeutet, einen gesunden Lebensstil zu pflegen und sich für persönliches Wachstum und Entfaltung im Leben immer wieder neu zu öffnen. Eine Balance zwischen Tätigkeit und Muse, ein Ausgleich zwischen materiellem Leben und Spiritualität gehört ebenso dazu, wie Problemlösungen zu finden in Bezug auf Gesundheit, Wohlbefinden und Beziehungen.

Spirit mit Herz bedeutet Verantwortung für das eigene Leben und die eigenen Gefühle zu übernehmen, in Selbstliebe zu gehen, Selbstheilung zuzulassen und innere Zufriedenheit in den Lebensbezügen zu erlangen.

Ein Tag, um aufzutanken

Dem Körper Zeit und Raum zu geben, aktuelle Themen zu verarbeiten,
ihn zu stärken und zu unterstützen
in all den laufenden persönlichen Prozessen und
intensiven Zeiten der Wandlung.

Auf unserer gemeinsamen Wohlfühlreise

widmen wir uns dem Aktivieren des Atems, der Körperachtsamkeit, und Wahrnehmungsübungen. Innere Entspannungsreisen und Klärung der aktuellen Verortung des Ichs, Verbindung von Geist und Körper, von Feinstofflichem und unserer physischen Körperstruktur lassen uns in das sinnliche Tiefenfühlen des Körpers eintauchen. Klangschalen-Frequenzen sind immer wieder unsere Begleitschwingungen.

**Massagen/Körperbehandlungen
unterstützen unsere gemeinsame Arbeit sehr**

Daher gibt es ein Angebot von mir als Zusatzbuchung am

Freitag Nachmittag von

14.00 bis 14.55 Uhr

15.00 bis 15.55 Uhr

16.15 bis 17.10 Uhr

17.15 bis 18.10 Uhr

Auch möglich als 25 Minuten Slots für sanfte Massagen

Samstag Morgen (falls jemand am Morgen anreist) von

08.45 bis 09.40 Uhr

Auch möglich als 25 Minuten Slots für sanfte Massagen

Ausgleich für 55 Minuten Behandlung (Ermäßigung bei Buchung des
Tageskurses = 70,00 Euro)

Ausgleich für 25 Minuten Behandlung (Ermäßigung bei Buchung des
Tageskurses = 33,00 Euro)

Bezahlung bar vor Ort oder per Überweisung/Paypal Vorkasse

Ich freue mich auf Dich.
Herzlichst Birgit

Übernachtung Ochsen 07943-2372
Familie Stöckel, Rathausweg 10, 74214 Schöntal-Westernhausen
<https://www.ochsen-jagsttal.de>

Für die Unterkunft ist selbst zu sorgen.