Wieder ein Jahr, wo deine Listen Listen hatten? Du wünschst dir Veränderung? Und sehnst dich nach Raum & Zeit für dich?
An diesem Wochenende kreieren wir einen Raum, in dem du innehalten und dich fühlen kannst. Wir laden dich ein, den Fokus auf dich zu legen und deine Bedürfnisse zu erforschen.

Verbinde dich mit dir und starte kraftvoll ins neue Jahr.

Wir arbeiten mit Übungen wie Bewegung und Körperausdruck, Imagination, Fantasiereisen, Meditation und gestalttherapeutischen Methoden.
Es sind keine Vorerfahrungen notwendig.

Das Seminar wird teilweise unter Supervision von Kathrin Otten erfolgen.
Das Wochenende findet auf Spendenbasis statt.
Eine kostendeckende Spendenempfehlung liegt zwischen 100 - 220 euro je nach Selbsteinschätzung.

Anmeldung und Kontakt:

Luisa Eschenröder
Gestalttherapeutin i.A.
BA Lehramt Germanistik und Philiosophie
Hotelfachfrau
raumzeitdu@gmail.com
01755654334

Alina Jonker
Gestalttherapeutin i.A.
Dozentin für Fotografie
alinajonker@outlook.com
0031 618707007