



Stephanie Fritz

Freude am Sein

Innere Kraftquelle (Workshop)

In jedem steckt eine unerschöpfliche Quelle von Lebenskraft (Lebensenergie) und Kreativität, die jedoch oft durch innere Fesseln (z. B. Verletzungen, Überzeugungen, emotionale Muster) gebunden ist oder brach liegt.

Es wird darum gehen, unbewusste Begrenzungen und Blockaden zu erkennen und aufzulösen. Zugang zu finden zur eigenen inneren Kraftquelle, damit unsere Lebensenergie und Kreativität in unserem Leben kraftvoll und frei fließen kann. Wir finden dadurch eine höhere Ebene der Liebe und Leidenschaft, was die Basis ist für ein Leben, dass erfüllt und glücklich ist mit Leichtigkeit, Gelassenheit, Freude, uvm.

Praktische/r Selbsterfahrung und Lebensbezug verbunden mit spiritueller Praxis stützen den Weg der Selbsterkenntnis. Wesentliche Elemente sind unter anderem: Meditation, Rituale, Atemtechniken, die Elemente, Energiearbeit, Stille, Musik, Tanz, Bewegung, Sharing.

Geplanter Ablauf

Freitag, 19.03.2010
Anreise und Check-in ab 14.30 Uhr bis 16 Uhr
Beginn des Workshop 16.30 Uhr

Sonntag, 21.03.2010
Workshop-Ende ca. 16/17 Uhr

Checkliste zum mitbringen

- * Gute Laune und die Lust neue Erfahrungen zu machen
- * Bequeme Kleidung (genügend Wechselkleidung)
- * Instrumente wer hat und mag (Trommel, Rassel, Klangschalen, etc.)
- * Augenbinde (wichtig!)
- * Hausschuhe



Informationen zum Seminarhaus

Das Seminarhaus liegt inmitten des idyllischen Ortskerns von Schenkenzell. Das Haus verfügt über ein Seminarrestaurant mit professioneller Küche. Der große Garten mit Teich, Feuerstelle, Spielwiese lädt dazu ein, sich in den Pausen im Freien zu erholen oder auszutoben. Für die Raucher gibt es im Garten eine Raucherecke, das Haus ist eine rauchfreie Zone.

Die kreative Küche kocht täglich frisch, gesund und bewusst. Diverse Kräutertees, Wasser und Kaffee stehen den ganzen Tag frei zur Verfügung. Die Seminarteilnehmer, Gäste und Seminarleiter werden liebevoll versorgt und verwöhnt.

Weiter Informationen und Adresse folgen bei Anmeldung.

Freude am Sein | Stephanie Fritz | Fetzerstrasse 3 | 70199 Stuttgart
Fon +49.(0)711.4 709 670 | kontakt@stephanie-fritz.de | www.stephanie-fritz.de