



Stephanie Fritz

Freude am Sein

29.07. - 01.08.2010 Sommer Workshop

Der Sommer ist die Jahreszeit der nach außen gerichteten Aktivitäten, der Manifestation und Interaktion. Das Leben ist in Bewegung. Es ist eine Zeit, der Ausdehnung und des Abenteuers, in der die Natur mit Vielfalt, Licht, Kraft, Fülle, Lebendigkeit uvm. nur so strotzt. Diese Attribute werden wir im Workshop für uns nutzen.

Im Mittelpunkt steht: Die Beziehung zu sich selbst, Mut und Aktion. Entschlossenheit zum Sein - JA! zu sich selbst sagen. Lust und Freude am So-Sein wie ich (wir) sind.

Es wird darum gehen unbewusste Begrenzungen und Blockaden zu erkennen und aufzulösen, wie z. B. emotionale Muster, Überzeugungen und Glaubenssätze in Bezug auf die eigene Identität/Selbstdefinition. Verletzungen des Herzens heilen. Eigene Herzenswünsche erkennen und ans Licht bringen, um sie zu integrieren und zu verwirklichen. Sich selbst annehmen, zulassen so ‚wie ich bin‘ und seine Einzigartigkeit entdecken. Eigene kreative Kraft freisetzen und nutzen für Transformation, Heilung und Stärkung des Selbstvertrauens.

Praktische/r Selbsterfahrung und Lebensbezug verbunden mit spiritueller Praxis stützen den Weg der Selbsterkenntnis. Wesentliche Elemente sind unter anderem: Meditationen, Kraft des Atems, Musik, Tanz, die Elemente, Energie- und Transformationsarbeit, Rituale, Mantren, Sharing.

Geplanter Ablauf

Donnerstag, 29.07.2010
Anreise und Check von 8 Uhr bis 9.30 Uhr
Beginn des Workshop 10 Uhr

Sonntag, 01.08.2010
Workshop-Ende ca. 16 Uhr

Checkliste zum mitbringen

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



Informationen zum Seminarhaus

Das Seminarhaus liegt inmitten des idyllischen Ortskerns von Schenkenzell. Der große Garten mit Teich, Feuerstelle, Spielwiese lädt dazu ein, sich in den Pausen im Freien zu erholen oder auszutoben. Das Seminarhaus bietet mit seinem schönen großen Garten mit Teich, Feuerstelle, Spielwiese wunderbare Möglichkeiten. Teile des Workshops können im freien stattfinden, in den Pausen können wir uns im Freien austoben, ‚lustwandeln‘ oder einfach die Seele baumeln lassen.

Das Haus verfügt über ein Seminarrestaurant mit professioneller Küche, die täglich kocht - kreativ, 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 unter: www.seminarhaus-krone.com

ACHTUNG: Zimmer bitte selbst beim Seminarhaus buchen mit Formblatt - siehe www.stephanie-fritz.de

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