

# VERBINDUNG ZU MIR & DIR

**Ein Wochenende für Frauen**

**Freitag 13.11.26, 16 Uhr bis Sonntag 15.11.26, 15 Uhr**

**In einem sicheren Raum lauschen wir  
in die Tiefen unseres Selbst**

**Sehen & Hören ~ Sich zeigen  
Gesehen & Gehört werden  
wahrhaftig & wertungsfrei**

**Sanftheit trifft Stärke  
durch Spüren, Ausdruck & Bewegung**

**Ausgleich:**

Selbsteinschätzung 180-240€,  
plus Kost & Logi (EZ: 210€, DZ 180€, MZ 165€)  
Ort: Yogahaus Samvit am Schliersee



# INHALTE

**Inne halten - Loslassen -  
Weite schaffen - Fokussieren**

**Hast du den Mut  
deine eigene Stimme zu hören,  
ihr zu vertrauen und  
im Kreis Ausdruck zu verleihen?  
Dann sei dabei!**

**Eine einzigartige Kombination aus:**

Bewusster Bewegung  
Meditation und Atem  
Klang- und Tanz-Reisen  
Achtsamer Kommunikation  
Verbindung mit und in der Natur  
Kräuter, Rituale und Geschichten

in der Zeitqualität, die den Eintritt in  
die dunkle Jahreszeit markiert



Infos & Anmeldung bei:

Stephanie Hermanstädter oder Katharina Mayer

0176 - 211 81 579/ 0178 - 803 802 0

steffi@neuezeitkind.de / sattvalandyoga@posteo.de

www.neuezeitkind.de/ www.sattvalandyoga.com

