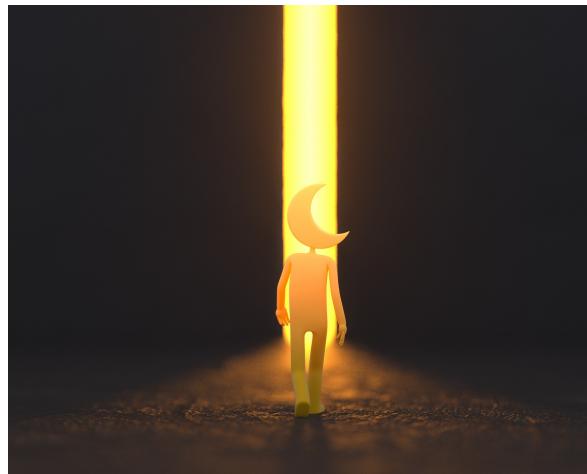


# Neue Wege öffnen - Altes loslassen

## GFK-Tagesseminar



In diesem Workshop verbindet sich kraftvolle, erdende Körperarbeit mit Momenten von stiller Präsenz. Durch vitalisierende und zugleich stabilisierende Bewegungssequenzen kommst du tiefer in deinem Körper an. Achtsame Atemarbeit hilft dir, Spannungen zu lösen und gleichzeitig Zugang zu deiner inneren Stimme und Intuition zu finden. Auf Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation nach M. Rosenberg erforschen wir alte Muster und Glaubenssätze und übersetzen sie in Bedürfnisse und neue Möglichkeiten. In meditativen Räumen öffnet sich der Zugang zu dem, was in dir entstehen möchte.

Dieser Tag unterstützt dich darin, Ballast abzugeben, tiefer zu dir zu finden, um mit neuer Klarheit und Ausrichtung weiterzugehen.

**Datum:** Samstag, 28. Februar

**Uhrzeit:** 10 Uhr -16 Uhr

**Ort:** Sonnenhaus Oberstrahlbach, Oberstrahlbach 1b, 91413 NEA

**Kosten:** 80 Euro inklusive vegetarisches Mittagessen und Getränke

**Leitung:** Sven Schöllmann, Zertifizierter GFK-Trainer (CNVC)

**Anmeldung:** 0176/22937649 [gewaltfrei@sonnenhaus-oberstrahlbach.com](mailto:gewaltfrei@sonnenhaus-oberstrahlbach.com)