

Zeit für Innenschau - Begib dich auf deine eigene Spur im Kontakt mit den vier Elementen

Zusammen kommen, aus der Hektik des Alltags aussteigen und **deine eigene Spur wieder aufnehmen und pflegen**.

Die Elemente: Feuer, Erde, Wasser und Luft erhalten uns am Leben; wir selbst bestehen aus ihnen. Die Verbindung kann in der Hektik der zivilisierten Welt verloren gehen und damit auch die Quelle zur inneren Kraft und Vertrauen (aufgehoben sein). Durch eine geführte Reise zu inneren Landschaften und den Elementen kannst du diese Verbindung wieder aufnehmen und in deinen Alltag integrieren.



Inhalte:

Körperübungen
Arbeit mit Klang
Begleitete Reise nach innen: Deinen Weg gehen und in Kontakt treten mit den vier Elementen
Austausch

Daten: Samstags: 28. Mai, 25. Juni, 23. Juli, 27. August 2016

Zeit: 14 bis 17Uhr

Ort: Sonnenblickstrasse 17
8404 Oberwinterthur

Mitnehmen: Bequeme Kleider, Büchlein für Notizen und Stifte,
Kristall oder kleiner Stein

Kosten: 35-50 Franken pro Nachmittag (je nach Budget)

**Auskunft und
Anmeldung:** Lisa Zolliker, 078 636 47 40
lisazolliker@bluewin.ch

Über mich:

Lisa Zolliker, 1976, Sozialpädagogin und Kindergärtnerin, Weiterbildung in Traumapädagogik
Langjährige Aus- und Weiterbildung bei A.N. Lanz, Centro Cristallo, Roveredo TI