

# Spurensuche 2019

## Workshopreihe

Sechs Teile, einzeln und als Serie buchbar

### Sich selbst auf die Spur kommen

- So, 24.2. **Mein Weg.** Wie gehe ich, wie setze ich meine Füße auf? Was in mir lenkt mich?  
**Eindruck**
- Sa, 11.5. **Meine Bewegungen.** Körperlich, emotional, mental. Wie bin ich mit diesen Ebenen in Kontakt? **Synchronisation**
- Sa, 15.6. **Meine Gedanken.** Wie denke ich? Was denke ich? Was kommt dabei heraus?  
**Gedankenspiel**
- Sa, 21.9. **Meine Vitalität.** Am Urgrund des Seins, im Kontakt mit der Basis. **Lebensquelle.**
- Sa, 26.10. **Meine Menschen.** Wie schaue ich? Wie zeige ich mich? Wie bin ich mit wem in Kontakt? **Soziales Engagement**
- Sa, 30.11. **Mein Werk.** Was will durch mich in die Welt? Was ist mein Beitrag? **Ausdruck**

**METHODEN:** Stille, Somatic Experiencing, Tanz, Meditation, Transparente Kommunikation, Körper und Gestenarbeit, Kontemplation, Aufstellungsarbeit u.m.

- Zeiten: jeweils 11.00 bis ca. 17.30 Uhr
- Beitrag: Einzelbeitrag € 105  
Komplette Serie € 580 bei Einmalzahlg.  
oder 6 Raten á € 100
- Ort: DRK Familienzentrum Langeland  
Langeland 53, 48308 Senden
- Leitung: Anne Dalhaus

[www.familiencoaching.eu](http://www.familiencoaching.eu)