

**AUF DEM WEG ZU DEINEM SEIN**



**Seminar im Kulturkloster Altdorf**

**Freitag, 6. bis Sonntag, 08. September 2024**

## Kursinhalt

### AUF DEM WEG ZU DEINEM SEIN - VOM HERZEN BERÜHRT

Möchtest Du gerne in einem geschützten Rahmen Dir selber begegnen, in die innere Tiefe tauchen, Dich mit Deinem Herzen verbinden, mit der Essenz? Wertvolle Zeit an einem wunderschönen Ort geniessen dürfen?

### BEWEGUNG – AUFSTELLUNGEN – ATEM – STILLE – KLANG – RITUAL

Ein interessantes Programm erwartet Dich:

Du darfst in die Wahrnehmung kommen durch Atemübungen, Stille und Bewegungen aus dem Qi Gong. Du hast die Möglichkeit, eine eigene Aufstellung zu erleben. Während einer Klangmeditationen in die Tiefe reisen und mit einem Ritual Deine gewonnenen Erkenntnisse integrieren. Wir pflegen gemeinsam einen wertvollen Austausch, halten inne und geniessen das Zusammensein.

Du findest aber auch Zeit, um für Dich sein zu können. Das ganze Kloster und der Klostergarten stehen uns zur Verfügung. Was für ein Privileg!

## Kursleitung

Mein Name ist Brigitte Sommer und ich begleite einzelne Menschen und Familien, sowie Gruppen in verschiedensten Lebenssituationen.

Die Grundlage von allen meinen Angeboten beruht auf einer inneren wertschätzenden Haltung, welche man durch den Lebensintegrationsprozess LIP, die phänomenologische Psychologie gewinnen kann und dadurch wachsen darf.

Meine Angebote, Coaching / Aufstellungen, Lebensintegrationsprozess / Klang- Energie- & Körperarbeit / Rituale fliessen in diesem Seminar mit ein.

## Kursdaten

Freitag	06. September 2024	17.00 – 21.30 h
Samstag	07. September 2024	07.30 – 19.00 h /21.30h
Sonntag	08. September 2024	07.30 – 15.00 h

## Durchführung

Der Kurs findet mit mind. 8, max. 12 TeilnehmerInnen statt, im Kulturkloster Altdorf, 6460 Altdorf [www.kulturkloster.ch](http://www.kulturkloster.ch)

## Preise und Konditionen Kosten Seminar

Anmeldung bis zum	31.03.2024	CHF 420
Anmeldung ab dem	01.04.2024	CHF 480

## Kosten Übernachtung/Verpflegung

Das ehemalige Kapuzinerkloster bietet einfache Einzel-, Doppel- und Mehrbettzimmer mit fliessendem Wasser an. Toiletten und Duschen befinden sich auf der Etage.

Kosten pro Person für 2 Übernachtungen, Haupt- und Zwischenmahlzeiten

Einzelzimmer	CHF 300
Doppelzimmer	CHF 260
Dreierzimmer	CHF 240
Parkplatz pro Nacht (Vor Anmeldung nötig)	CHF 10

Bei externer Übernachtung wird eine Seminarpauschale von CHF 190 verrechnet. Darin inbegriffen sind alle Mahlzeiten und die Nutzung der Infrastruktur ausser Parkplatz.

## Anmeldung/Rückfragen

Ich freue mich auf die schriftliche Zusage per Mail und bitte um eine frühzeitige Anmeldung. Fragen beantworte ich auch gerne am Telefon.



BRIGITTE SOMMER WEGBEGLEITUNG

Brigitte Sommer · Sagenmattstrasse 17 · 6344 Meierskappel  
Tel. 079 442 16 37 · [mail@brigitte-sommer.ch](mailto:mail@brigitte-sommer.ch) · [www.brigitte-sommer.ch](http://www.brigitte-sommer.ch)