

Berührt sein

Um im Hier und Jetzt anzukommen und im Fluss des Lebens einzutauchen, gibt es ein offenes Geheimnis: berührt sein, egal wo du gehst und stehst! Dies bringt dich in eine tiefe Verbindung mit dir und deiner Umwelt und ist deshalb Grundlage unserer gesamten Seminararbeit. Dazu wählen wir für die Seminare zauberhafte, natürliche Plätze mit leckerem und gesundem Essen, das die Köche mit Liebe zubereiten.



• **Felix Falkenhahn** • Ich lebe nördlich von Berlin in einem Garten mitten in der Natur. Seit 1997 brachte mich mein Leben zunehmend mit dem Thema Bewusstsein und Heilung in Berührung. Verschiedenen Fortbildungen in Ganzheitlicher Massage, Rebalancing Körpertherapie, ARUN Conscious Touch und prozessorientierter Arbeit folgte eine Ausbildung zum Integrativen Gestalttherapeuten. Mein Anliegen ist es, ein kraftvolles und freies Leben zu leben.



• **Stefanie Stretz** • 1998 beschloss ich, mein Leben grundlegend zu verändern. Nach einer Zeit der Selbsterfahrung im Bereich Gesundheit und Heilung, wuchs der Wunsch auch andere Menschen zu unterstützen. Nach verschiedenen Fortbildungen in ganzheitlicher Körper- und Energiearbeit, Massage, Rebalancing Körpertherapie sowie Prozessbegleitung, studiere ich im Augenblick Mediation und Coaching. All das praktiziere ich seit vielen Jahren mit dem Anliegen, Lebensfreude, Ehrlichkeit und Tiefe ins Leben zu bringen.

Veranstaltungsorte:



Freundeskreis Wietzow

Daberkow/OT Wietzow
Mecklenburg Vorpommern



Finca Tierra

La Palma, Kanarische Inseln

Heilpraxis Berührt sein

Schliemannstraße 14a, 10437 Berlin

Info & Anmeldung

030-44719119 / 0177-4978768

www.beruehrt-sein.eu

info@beruehrt-sein.eu

graphik design: laura_aeon@hotmail.com

Berührt sein 2011/2012

Fließen wohin das Leben will!

1. bis 4. September 2011

Grundlagen ganzheitlicher Berührung

29. September bis 3. Oktober 2011

Berührt sein auf La Palma

18. bis 26. Februar 2012

Mit Felix Falkenhahn
& Stefanie Stretz

Berührt sein – Fließen wohin das Leben will!

Wir laden dich ein, an diesem Wochenende zu fließen. Du schaust wo du in deinem Körper und Leben für Bewegung und Veränderung offen bist und was du dir wünschst. In einem geschützten Rahmen werden wir gemeinsam neue Erfahrungsräume kreieren und damit spielen. Wir eröffnen ein Feld für bewusste Selbstwahrnehmung und stellen tiefe Fragen, auf die du im Laufe der Tage deine Antworten findest. Du lernst deine Grenzen wahrzunehmen und wenn stimmig, darüber hinauszuwachsen. Du kannst herausfinden, wie viel Nähe und Abstand du brauchst um dich wohl zu fühlen. Wir forschen zum Thema eigene Kraftquellen und eröffnen Möglichkeiten, nach Bedürfnissen zu fragen und sie erfüllt zu bekommen. Was du in diesem Seminar lernst, unterstützt dich, bewusst und mit Freude durchs Leben zu gehen! Außerdem vermitteln wir grundlegende Berührungsqualitäten und Einblicke in die kreative Körperarbeit.



Berührt sein – Grundlagen ganzheitlicher Berührung

Dieses viertägige Seminar bietet einen kompakten Einstieg in das weite Feld der ganzheitlichen Berührung und Körperarbeit. Es knüpft an das vorherige Seminar an, bietet aber auch neuen Teilnehmern die Gelegenheit, ihre Arbeit zu erweitern bzw. zu vertiefen.



Wir greifen auf unseren jeweils mehr als 10 jährigen Erfahrungsschatz zurück und vermitteln euch durch die Synthese unterschiedlicher Ansätze und Methoden viele gute Grundlagen und Besonderheiten. Es wird vor allem darum gehen, mit dem Bewusstsein ganz im "Hier und Jetzt" und im Körper anzukommen. Du lernst dadurch dich selbst und Andere zu unterstützen, zu nähren und den Körper als großartige Ressource mit seinen natürlichen Selbstheilungskräften zu entdecken.

Berührt sein auf La Palma

Wenn du es wirklich wissen willst, bereit bist zu reisen, zu genießen, Licht und Wärme zu tanken, möchten wir dich herzlich einladen zu unserer Auszeit nach La Palma. Sie findet auf der schönen *Finca Tierra* im magischen Nordwesten La Palmas statt. Mitte Februar ist dort die Zeit frühlingshafter Temperaturen, üppigen Grüns, bunter Blumenvielfalt und der zauberhaften Mandelblüte.



Wir schauen dann gemeinsam, wo die Reise hin geht. Dabei werden wir bestimmte Bereiche gezielt vertiefen, herausfinden wo für jeden Einzelnen und die Gruppe das größte Potential liegt und neue, inspirierende Erfahrungen machen. Getragen wird unsere Gruppe von der kraftvollen Insel mitten im Atlantik, die uns auch viel Raum für Naturerleben bietet.



Ausblick 2012

Zusätzlich zu den beschriebenen Berührt sein Seminaren werden wir ab Frühling 2012 Kurse mit verschiedenen methodischen & thematischen Schwerpunkten anbieten. Diese dienen dem persönlichen Heilungsprozess und schaffen Grundlagen für das Arbeiten in eigener Praxis.

Themen der Ausbildungsreihe:

Kreative und strukturelle Körperarbeit
und ganzheitliche Anatomie

Liquid BodyTouch – Flüssige Körperarbeit,
Atemfluss & Joint Release (Gelenkmobilisation)

Heilende Beziehung
und transparente Kommunikation

Prozessbegleitung und integrative Gestalttherapie
Intimität, Sexualität und Lebenslust

Das Spiel von Rhythmus, Chaos, Fluss
und Stille in der Berührung

Offene Kennenlernabende & Info

Hier lernst du uns und unsere Arbeit kennen. Termine geben wir auf der Webpage bekannt. Dort findest du auch ausführliche Infos zu unseren Seminaren und unseren Sessions. Gerne könnt ihr uns persönlich kontaktieren oder eine Sitzung buchen.

