„Frühlingserwachen“ mit Gudrun & Max Tagesworkshop in Rostock

Sa. 23. März 2024 @ 10:00 - ca. 17:00 Uhr

Wir feiern das Erwachen der Lebenskräfte in diesem neuen Frühling. Unter dem Einfluss des bevorstehenden Vollmondes erkunden wir, was in uns erblühen will, was wir im Frühling erleben und nach welcher Ernte wir uns ausrichten wollen. Wir als SchöpferInnen unseres Seins finden zusammen und inspirieren und stärken einander auf unserem Weg, die beste Version unseres Selbst zu sein und Neues zu wagen.

Themen des Tages:
- Würdigen der Herkunft
- Stärkung deiner eigenen Anbindung
- Welche Träume habe ich und wie verwirkliche ich sie?
- In welchen Bereichen benötige ich Ermutigung?
- Achtsamkeitsübungen und Tanz
- Stärkung des eigenen kreativen Ausdrucks mit Farben

Wir runden das Programm ab mit einem nährenden, wärmenden, vegetarischen Mittag und Kuchen zur Teezeit. Bei der Zubereitung legen wir Wert auf achtsame, gute Laune beim Kochen mit regionalen, biologisch und fair gehandelten Zutaten.

TeilnehmerInnenzahl: 4-6
Ausgleich: 150 € (einschließlich der Mahlzeiten und Material)
Mitzubringen: bequeme Kleidung
Wo: in den Praxisräumlichkeiten von Gudrun Propp
Blücherstr. 55, 18055 Rostock
Parkmöglichkeiten befinden sich direkt vor dem Haus auf dem Puschkinplatz & in der Blücherstr.
Fußweg vom Hbf HRO ca.10 Minuten.

Anmeldung:

Gudrun Propp
0173-3250805
gudrun.propp@web.de
www.gudrun-propp.de

Max Seydel Kaden
0176-39006190
hallo@maxkaden.com
www.maxkaden.com

Wir freuen uns auf dich! Gudrun & Max