



Die Seminarreihe besteht aus 3 Modulen zu diesen Lebensthemen:

- 1) **Wie finde ich Orientierung und Halt in schwierigen Zeiten?**
- 2) **Wie nutze ich Fehler und wandle sie vom Stolperstein zur Wachstumsstufe?**
- 3) **Wie nehme ich mir die Freiheit, mein Leben selbstbestimmt zu gestalten?**

Die Module bauen aufeinander auf, können aber auch einzeln gebucht werden.

## Kursleiterinnen



Brigitte Grässer. Sabine Hennig

## Information und Anmeldung

**Brigitte Grässer**  
Jahnstraße 24  
76133 Karlsruhe  
Tel: (0721) 830221  
E-Mail: [info@brigitte-graesser.de](mailto:info@brigitte-graesser.de)  
[www.coaching-inspira-tief.de](http://www.coaching-inspira-tief.de)

**Sabine Hennig**  
Marienstr. 5  
61169 Friedberg  
Tel: (06031) 9649 528  
E-Mail: [kontakt@hin-zur-mitte.com](mailto:kontakt@hin-zur-mitte.com)  
[www.hin-zur-mitte.com](http://www.hin-zur-mitte.com)

Weitere aktuelle Informationen zu unseren Kurs- und Seminarangeboten finden Sie auf unseren Internetseiten.

*Veränderungen  
annehmen*

*Fehler nutzen*

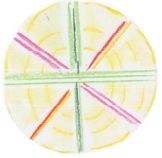
*Leben gestalten*



*Ein Seminarkreis rund um das  
Medizinrad*

## DIE SEMINARE:

### 1. Modul: Orientierung in der Veränderung



In Umbruchsituationen ist das Auf und Ab der Gefühle und Gedanken oft kräftezehrend und verwirrend.

In diesem Seminar lernen Sie mit dem *Medizinrad* eine „Landkarte“ kennen, die Orientierung und Halt in Krisen und bei Veränderungen ermöglicht. Neue Blickwinkel auf Ihre Situation lassen Wege entstehen, die zu Halt und Stärkung aus der eigenen Mitte führen.

### 2. Modul: Fehler nutzen - Vom Stolperstein zur Wachstumsstufe



Bremsen Sie sich manchmal selbst, weil Sie nichts falsch machen wollen?

*Das Fehlerrad*, eine indianische Lehre, zeigt den selbstverständlichen Umgang mit Fehlern als Wachstumsschritt und hilft so eingefahrene Verhaltensmuster zu überwinden.

Dieses Seminar ist eine Einladung zu mehr Leichtigkeit und Freude im Umgang mit Neuem und den sogenannten „Fehlern“.

### 3. Modul: Leben lustvoll gestalten

Was hindert uns, das Leben zu gestalten, wie wir wollen?



Je mehr wir mit all unseren Persönlichkeitsanteilen einverstanden sind, desto mehr wachsen Freiheit und Klarheit, um unseren Lebensstanz nach unserer eigenen Choreographie zu gestalten.

An diesem Wochenende geht es um Selbstannahme, Selbstbestimmung und Freiheit. Mithilfe des *Medizinrades* erforschen wir unseren Weg, unsere Schöpferkraft zu befreien und uns als Teil des Ganzen zu begreifen.

### Säulen dieser Seminarreihe

**CoreDynamik** integriert Ansätze aus Persönlichkeitsentwicklung, Integrativer Therapie, Transpersonaler Psychologie, Körper- und Bewegungsarbeit sowie Intuitions- und Kreativitätsförderung zu einem ganzheitlichen lernprozessorientierten Verfahren.

Das **Medizinrad** ist ein Symbol für die Kreisläufe des Lebens, das sich seit Jahrtausenden in unterschiedlichen Kulturen findet. Basis der Räder sind die 4 Himmelsrichtungen, die unterschiedliche Energien repräsentieren. Diese helfen uns, die Aspekte und Energien von Situationen und Lebenswegen zu erspüren und in Balance zu bringen.

## ORGANISATORISCHES

### Termine und Orte

Die Termine und Orte entnehmen Sie bitte dem Einlegeblatt. Fehlt das Blatt? Bitte melden Sie sich bei uns, damit wir Ihnen die aktuellen Termine mitteilen können.

(Tel.: Sabine Hennig: 06031 / 9649 528 bzw. Brigitte Grässer: 0721 / 830221)

### Seminarzeiten

Samstag	10:00 – 21:00 Uhr
Sonntag	9:30 – 15:00 Uhr

### Seminarkosten

Pro Modul: 180,- €, ermäßigt 160,-€.

Bei Buchung aller drei Module verringert sich der Gesamtpreis auf 500,-€, zahlbar in drei Einheiten, jeweils bis 4 Wochen vor Modulbeginn.

### Verpflegung

Während der Pausen werden Wasser, Obst und Kekse bereitgestellt.

Die Pausen gestalten wir gerne zusammen, indem jeder etwas für ein gemeinsames Buffet mitbringt.

