



Den Wandel wagen

vom Denken über das Tun zum Sein

20. - 22. Oktober 2017

in

19246 Neuenkirchen Schaalsee - Region
Wiesenhaus Freiraum für Bewegung &
Kreativität

Den Wandel wagen

vom Denken über das Tun zum Sein

Veränderungen können Neues eröffnen und manchmal macht der Gedanke daran uns Angst. Gewohntes, Wiederkehrendes bietet Sicherheit und doch spüren wir, dass unsere Sehnsucht viel weiter reicht: wir haben Träume, Visionen und Ideen. Seit einigen Jahren ergeben die Forschungen in den Neurowissenschaften, dass wir durch bewusst verändertes Verhalten gespeicherte Informationen in unseren Zellen verändern können, wir können so etwas wie ein Update machen. Und zwar unabhängig vom Alter.

In diesem Workshop werden wir uns gegenseitig dabei unterstützen, alte Verhaltensmuster zu erkennen und mit Hilfe von Übungen zur Wahrnehmung, mit Meditation, Tanz und kreativen Medien über das Gewohnte hinaus zu gelangen. Wir verändern unsere Ausrichtung und können so unseren Lebensträumen und Visionen näherkommen. Mit nach Hause nehmen wir neue Perspektiven für unseren Alltag und den Mut, Altes abzulegen.

Leitung: Petra Cegla, www.core-movement.com

Zeit: Freitag, 20.10.: 18.00 – Sonntag, 22.10.: 15.00 Uhr

Kosten: 220 € Workshop inklusive Verpflegung

Übernachtung in nahe gelegenen Pensionen oder Ferienwohnungen - bitte selbst buchen. Übernachtung im Seminarraum ist möglich (10 €).

Anmeldung u. Information bei Petra Cegla •

Tel. 04651 871 276 • info@core-movement.com •

Fax. 04651 871 814

ORT: Wiesenhaus - Freiraum für Bewegung & Kreativität
Ursula Grohmann, Landweg 6 (ehemals Drönnewitzer Weg)
19246 Neuenkirchen, Schaalsee-Region



Petra Cegla

Ausbildungen in Tanztherapie (HIGW), Integrative Körperpsychotherapie (IBP- Institut Berlin, USA u. Schweiz), dipl. Familien- u. Systemaufstellerin, Mitglied Deutsche Gesellschaft für Systemaufstellungen DGfS, mehrjährige Gruppenerfahrungen und Weiterbildungen im

Aruna Tantra Institut, von Gabrielle Roth/USA ausgebildete 5Rhythmen®-Lehrerin. Seit 1994 Anleitung von Gruppen und Einzelpersonen in Meditation, Körperwahrnehmung, Bewegung, Tanz und Bewußtseinschulung.

Petra lebt und arbeitet hauptsächlich auf Sylt.