



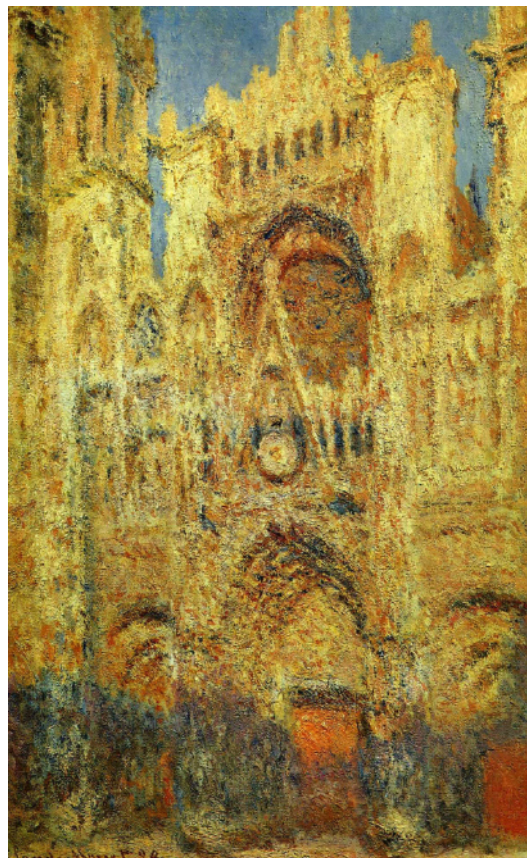
ARBEITSWEISE

Quantum Light Breath (QLB) von Jeru Kabbal ist eine Atemmeditation, die den Prozess der persönlichen Transformation beschleunigt, indem sie durch intensives Atmen unterdrückte Gefühle freisetzt und dadurch unbewusste Programme auflösen kann.

Schamanisches Reisen ermöglicht durch Einsatz von Trommeln, Gesang oder einer gesprochenen Anleitung den Zugang zu anderen Bewusstseins-ebenen und dem tiefsten inneren Wissen. Dieser Schatz ist dem Alltagsbewusstsein nicht zugänglich.

Tibetisches Yoga ist eine Kombination von Bewegung, Atmung und Bewusstseinsarbeit, welche einfach in den Alltag einbaubar sind. Tief sitzende Gewohnheitsmuster können dadurch nachhaltig verändert werden.

und vieles mehr



SEMINARORT

 **Yoga am Gnadensee** Zum Riesenberg 15
78476 Allensbach

ANSPRECHPARTNER

Wiebke Vogt
Alexander Siegenthaler

info@licht-weg.org

Wiebke: +49 1515 6000 212
Alexander: +41 79 731 37 91



LICHTTAGE

Reise zu sich selbst

In unserem Alltag erleben wir den Zugang zu unseren Möglichkeiten auf körperlicher, mentaler und emotionaler Ebene häufig eingeschränkt: Dadurch wiederholen wir die immer gleichen Routinen und es ist schwer, Neues entstehen zu lassen.

An den Lichttagen ermöglichen wir mit einer Vielzahl von Atem-, Körper- und Meditationstechniken einen breiteren Zugang zu den eigenen Potenzialen. Hierdurch können die Teilnehmenden zurückfinden zur eigenen Kreativität, Freude, Energie und Kraft. Selbstbewusstsein und Handlungsfähigkeit werden dadurch gestärkt.

KURSDATEN SIEHE

www.licht-weg.org/programm



Seminarleiter und Programm

WIEBKE VOGT

kommt ursprünglich aus der klassischen Schulmedizin und beschäftigt sich seit über 25 Jahren mit alternativen Methoden. Beginnend mit geistigem Heilen erweiterte und formte Sie ihre sensitiven und medialen Fähigkeiten für wirkungsvolle Energiebehandlungen. Weitere Ausbildungen in Bewusstseinschulung, schamanischer Energiemedizin, Hypnose und ganzheitlichem Coaching ermöglichen ihr mit einem breiten Zugang Rückführungen, geführte Meditationen, Energiebehandlungen, Seminare und Ausbildungen anzubieten.

www.licht-bewusstsein.org

ALEXANDER SIEGENTHALER

ist seit 1998 tätig als Shiatsu-Therapeut und Akupunkteur. Seit Jahrzehnten gehört Meditation auf buddhistischer Grundlage als zentraler Aspekt zu seinem Leben.

In seiner Arbeit geht es um die ganzheitliche Integration von Bewusstsein, Herzensweisheit und Körperwahrnehmung, welche erreicht werden kann durch nicht-duale Wahrnehmung der Wirklichkeit.

www.tcm-shiatsu.ch

PROGRAMM-INHALTE

Freitag (19:00 - 21:30 Uhr)
Ankommen, Wahrnehmungsübungen, QLB, Suppe zum Ausklang

Samstag (10:00 - 18:00 Uhr)
Tibetisches Yoga Tsa Lung, Wahrnehmungsübungen, QLB und Schamanische Reise. Zusätzlich werden unterschiedlich Werkzeuge angeboten, um eine Integration der Erkenntnisse in den Alltag zu ermöglichen.

Sonntag (9.30 - 12.30 Uhr)
Wahrnehmungsübungen, QLB, Schamanische Reise, Integration

Ziel: Innere Klarheit und Ausrichtung, Stärkung

Bitte mitbringen

Bequeme, lockere Kleidung,
Schreibzeug,
evtl. persönliche Kraftgegenstände

Yoga-Matten, Sitzkissen und Decken sind vorhanden

Preis

Wochenende 320€

ANMELDUNG

info@licht-weg.org

Es ist nicht leicht, das Glück in sich selbst zu finden,
doch es ist unmöglich, es anderswo zu finden.

Agnes Replier