

VOM ÜBERLEBEN ZUM LEBEN!

17. - 19. Oktober 2025

mit Sigrid Kaltenböck & Heike Fink-Hauff

In der schönen Donaupraxis in Aschach in Oberösterreich werden wir unsere Überlebensstrategien über Bord werfen und wachsen. Erfahre, was es heißt, ganz du selbst zu sein.

Das Retreat ist eine angenehme Mischung aus einfachen Yoga Elementen, Nervensystemarbeit, Kontakt und warmen vegetarischem Essen... Du hast hier die Möglichkeit, im Kontakt neue Erfahrungen zu machen oder anders gesagt, wenn du *einmal Leben erfahren hast, ist Überleben nicht mehr möglich.*

Preis:

Begleitung und Verpflegung: :-

- 395€ bei Anmeldung und Bezahlung bis 31.08.2025
- 425€ ab 01.09.2025

Anmeldung und weitere Informationen:

Heike Fink-Hauff | www.fink-hauff.de

Sigrid Kaltenböck | www.donaupraxis.at

Seminarinhalte:

- Einführung in die Kraft des Nervensystems
- Ehrliches Mitteilen nach Gopal (EM)
- Nervensystemarbeit
- Notfallkoffer für die Seele packen
- neurogenes Zittern
- einfache Yoga Elemente
- Körperwahrnehmungs- & Abgrenzungsübungen
- ...

Beginn:

Freitag, 17. Oktober, 17 Uhr

Ende:

Sonntag, 19. Oktober, 16 Uhr



I m K o n t a k t s e i n m i t d i r s e l b s t .