

Seminar

Pfingsten in der Natur

22. - 24. Mai 2021

Die vier Elemente: Erde - Wasser - Luft - Feuer

auf dem Gut Deutsch-Nienhof

- Dr. Astrid Engelbrecht und Sophia Wahdat -



**Pfingststimmung in der Natur - Wahrnehmung
und Meditation**

**Die Feuerkraft von Pfingsten - Botschaft und
Inspirationsquelle**

Lauschen in die Stille - Loslassen in die Weite

**Raum geben für Wesentliches - in Kontakt
kommen mit dem eigenen Lebensstrom.**

**Bewegen in der Natur: Natural Movement und
Yoga. Sich mit der Erde und den Elementen
verbinden. Sie in der Bewegung - im eigenen
Körper fühlen und erfahren.**

**Aktuelle Fragen zum Infektionsgeschehen aus der
Sicht einer ganzheitlichen Medizin**

Der Gutshof liegt in unmittelbarer Nähe des Westensees und ist von einer weitläufigen, unberührten Park- und Waldlandschaft umgeben, es gibt Stille und Natur in reichem Maße. An diesem wunderschönen Kraft-Ort in der Natur lässt sich in Ruhe meditieren, reflektieren und bewegen.

Erde, Wasser Luft und Wärme lassen sich hier unmittelbar erleben; jedes Element korrespondiert mit einer anderen Wesensebene im Menschen und spricht mit einer anderen Betonung zur Seele und zum Ich. Zusammen tauchen wir in die feierliche Atmosphäre des Pfingstfestes ein und können uns gemeinsam dafür öffnen, seine zutiefst heilsame Botschaft bis hin in die leibliche Gesundheit aufzunehmen.

Wir bewegen unser Inneres und auch unser Körper wird in Bewegung kommen. Wir praktizieren natural Movement & Yoga - für alle machbar und in eigener Intensität. Gestärkt durch diese Eindrücke wenden wir uns im Kontrast dazu für bestimmte Zeiten den brennenden gegenwärtigen Gesundheitsfragen zu und bewegen verschiedene Möglichkeiten, um auch hier Wege zu finden, die ein inneres Wachstum ermöglichen.

Wir freuen uns auf Sie und Euch

Astrid & Sophia

Anmeldung bis zum 7. Mai 2021, Stichwort: Pfingstseminar: kontakt@isis-verein.de oder info@inmir-yoga.de. Nähere Informationen per Mail oder unter Telefon: 040 – 645 04 897

Seminargebühr (exkl. Übernachtung):

Samstag: 130 €, Samstag und Sonntag: 220 €

Gesamtes Seminar: 250 € (für SchülerInnen & StudentInnen: 220 €)

Kontoverbindung: Isis-Verein, GLS-Bank, IBAN: DE64 4306 0967 2019 4842 00

Verpflegung: Mittag- und Abendessen vegetarisch (auf Wunsch vegan), je Mahlzeit 10€

Programm:

Samstag, 22.05.

10.30 Uhr Ankommen bei einem Kaffee oder Tee

11 - 17.30 Uhr Seminar (mit Mittagspause & kleinen Snacks)

19 Uhr Führung über das Gut mit Sven von Hedemann

Anschließend kann nach Lust und Laune die umliegende Natur erkundet werden.

Sonntag, 23.05.

10 - 17.30 Uhr Seminar (mit Mittagspause)

19 Uhr Lagerfeuer

Montag, 24.05.

10 - 13 Uhr Seminar

Übernachtung:

Bei rechtzeitiger Buchung gibt es Zimmer und Ferienwohnungen auf dem Gut.

Die Zimmerpreise werden zeitnah bekannt gegeben, da sich die Unterkünfte noch im Aufbau befinden (verschiedene Preisklassen)

Dazu gibt es die Möglichkeit, in einem Zelt zu übernachten oder einen Stellplatz für einen Bulli oder Auto zur Übernachtung zu mieten. Andernfalls kann in der Umgebung eine Unterkunft gefunden werden; hierfür ist ein eigenes Auto nötig, da es kaum öffentliche Verkehrsmittel gibt.

Anfahrt:

Gut Deutsch-Nienhof in Schleswig Holstein, Adresse: L255, 24259 Westensee

Es können von Hamburg Fahrgemeinschaften gebildet werden, wenn ihr dabei Unterstützung braucht, schreibt uns ein Mail an: info@inmir-yoga.de.

Der Bahnhof Bordesholm ist 20 Minuten entfernt; hier bieten wir einen Fahrservice an. Direkt vor dem Gut befindet sich eine Bushaltestelle.

Mitbringen: Schreibsachen, warme Kleidung für den Abend und, wer Lust hat, Badesachen, um in einen der Seen zu springen :-)