

# Heilung, Kraft & Herzenslust: Seminare ab Winter 2017



„...Das ist des Menschen Größe und Not: Sehnsucht nach Stille, nach Freundschaft und Liebe...“  
Nelly Sachs

## „Offene Himmel“ zwischen den Jahren: Räume öffnen für's Wesentliche.

Raunächte galten einst als Losnächte – Einkehrzeit, Schwellenzeit, Orakelzeit, still sein, um zu lauschen und zu schauen, was ist und was werden will: Was lässt Du los, damit Du leicht und unbeschwert ins neue Jahr gehen kannst? Was will neu werden in Dir? Welche Absichten, Vorhaben und Herzenswünsche brauchen Deine Bekräftigung? Welche himmlische Kraft und Botschaft hält sich bereit, um in Dein Motto für das neue Jahr zu fließen? Zeit zum Innehalten, Zeit für Inspiration, Zeit für ein lichtvolles Willkommensfest für Dein Jahr 2017.

**Fr, 6.1.2017 (Hl. Dreikönig), 10 h - 18 h, 125 € inkl. Speisen und Getränke.**

## Qi Gong & Achtsamkeit: Energien ins Fließen bringen.

Übungen aus dem medizinischen Qi Gong – u. ä. 8 Brokate, 18 harmonische Übungen, RLW-Qi Gong - und aus dem stillen Qi Gong vereinen geschmeidige Bewegungen und Dehnungen mit Bewusstsein für den Atem, die Haltung und für die eigene Mitte. RLW-Qi Gong ist ein medizinisch orientiertes Frauen-Übungsprogramm, das auf die speziellen Bedürfnisse der weiblichen Hormone und Organe abgestimmt ist. Die Kurse - in kleinen Gruppen - sind als Dreiklang gestaltet: Bewegung, Befindlichkeit, entspannte Auf- und Ausrichtung. Selbst-Massagen, Meridian-Klopfen, heilende Laute und Visualisierungen helfen, Gesundheit selbstfürsorglich und ganzheitlich zu fördern. Qi Gong stärkt, entspannt, verbindet mit der Freude & Weisheit des Körpers.

**Morgen-Frische-Qi Gong: 9 x dienstags, 9 h – 10.30 h, 125 €; ab 24.1.2017**

**Feier-Abend-Qi Gong: 9 x mittwochs, 19 h – 20.30 h, 125 €; ab 25.1.2017**

## Aufstellungstage: Innehalten. Klären. Sich stärken und neu ausrichten.

Was steckt in mir und wie verwirkliche ich mein Potenzial? Was hindert, was stresst mich? Wo vermisse ich Freude und wo erlebe ich mich fremdbestimmt? Wie gewinne ich neuen Schwung für meine Beziehungen und für berufliche Ziele? Mit Systemischer Selbstintegration lassen sich Blockierungen effektiv lösen, Kräfte und Fähigkeiten für neue Wege erschließen.

**Sa, 4.2.2016, Fr, 14.4.2016 (Karfreitag-Spezial), jeweils 10 h – 18 h, 125 € mit eigener Aufstellung, 75 € Stellvertreter**

## Dein Frauenjahr: Jahresgruppe für Frauen im besten Alter.

Wechseljahre sind Wandeljahre. Die weise Alte klopf mit knöcherner Hand an Deine Lebenstür. Sie erinnert Dich an Deine Endlichkeit und will wissen, ob Du bereit bist für ihr Geschenk des weisen Leichtsinns. Die Seminare bieten Dir eine einmalige Gelegenheit, im bestärkenden Kreis von Frauen, Dich mit Ernsthaftigkeit & Leichtigkeit dem Ungelösten in Deinem Herzen zuzuwenden, Frieden mit Dir selbst zu schließen, die Quelle Deiner Weisheit zu erforschen, Neues zu wagen und Dich dabei in Deine tiefe Lebensliebe, in Deinen einzigartigen Lebenssinn, hinein zu entfalten. Wann dann – wenn nicht JETZT?

**Achtsamkeits- & Selbst-Erfahrung - 5 Seminare, jeweils Do 19 h – Sa 19 h, 265 €**

**Termine: 23.-25.3.2017, 22.-24.6.2017, 21.-23.9.2017, 7.-9.12.2017, 1.-3.3.2018**



**Ich freue mich über Euer Interesse und auf Eure Anmeldungen!**

Praxis Rita Weinger

Familien-, Paar-, Einzeltherapie

Lärchenweg 33, 93339 Riedenburg-Gleishof

Tel. 09442-991685, 0177-7484854, E-mail: [info@rita-weinger.de](mailto:info@rita-weinger.de)

[www.rita-weinger.de](http://www.rita-weinger.de)

