

MICHAEL BEILMANN | Herausgeber

Am Rotdorn 29 | 47804 Krefeld

+49 (0) 151 121 365 27

kontakt@wuerde-impulse.de

www.wuerde-impulse.de

Die Kraft von WÜRDE in deinem Leben



Christiane Albrecht

Termin 1: 27.04. – 01.05.2023

www.christiane-albrecht.de | Trainerin für bewegungsorientiertes Lernen, Feldenkrais Lehrerin in der SysTelios Klinik für hypnosystemische Körperarbeit

(Schwerpunkt Körperarbeit im April)



Claudia Domke

Termin 2: 09.11. - 13.11.2023

www.claudia-domke.com | Meditationslehrerin (Deutsche Ges. für alternative Medizin), Life und Karriere Coach, Trauerbegleitung, mehr als 20 Jahre in internationalen Unternehmen tätig

(Schwerpunkt Meditation im November)



Michael Beilmann

An beiden Terminen www.michaelbeilmann.de |

Interim-Manager, Autor und Verleger www.wuerde-impulse.de
Projektentwickler und kreativer Mitgestalter bei Gründungen der Akademie für achtsames Handeln, Psychische Gesundheit als Wirtschaftsfaktor oder Mikrohäuser als Alterswohnsitz, systemischer Coach

Anmeldungen oder Rückfragen unter:

kontakt@wuerde-impulse.de | 0151.12136527

MICHAEL BEILMANN | Herausgeber

Am Rotdorn 29 | 47804 Krefeld

+49 (0) 151 121 365 27

kontakt@wuerde-impulse.de

www.wuerde-impulse.de

Die Kraft von WÜRDE in deinem Leben

Seminarablauf:

Do. 27.04.23 (09:00h) – 01.05.2023 (14:00h) – Schwerpunkt Körperwahrnehmung

Do. 09.11.23 (09:00h) – 13.11.2023 (14:00h) – Schwerpunkt Achtsamkeit

Mittwoch	Anreise
Tag 1: Donnerstag	Morgendlicher Einstieg Stille – Yoga – Bewegung – Vorbereitungen für den Tag
	Erkenntniseinheit 1 (WÜRDE) und Körperübung Einheit 2
	Mittagssnack
	Erkenntniseinheit 3 (WÜRDELOSIGKEIT) und Körperübung Einheit 4
	Nachmittagspause (Körper, Geist, Stille, Kaffee, Tee)
	Erkenntniseinheit 5 (WÜRDE & MACHT) und Körperübung Einheit 6
	Einheit 6 (Austausch zum Tag)
	Gemeinsame Abendessenzubereitung in der Sommerküche des Kulturparks Mariposas
	Freier Ausklang
Tag 2: Freitag	Morgenimpuls und Frühstück
	Einheit 7: Aufgabenstellung für den Tag in der Natur zum Themenfeld (WÜRDE & SINN)
	Aktiveinheit (Wandern, Strand, Kunst & Kultur)
	Einheit 8: Gemeinsamer Austausch zu den Tageserfahrungen
	Gemeinsame / alleine Abendessenzubereitung
	Freier Ausklang
Tag 3: Samstag wie Donnerstag	Mit den Erkenntnis- und Körpereinheiten 9 bis 15 zu eigenen WÜRDEthemen Optional: Abendessen am Strand (Selbstzahler) oder Selbstverköstigung
Tag 4: Sonntag wie Freitag	Aktivtag mit Einheiten 16 und 17 zu Vertiefung, Klärung eigener Anliegen im Kontext WÜRDE Abendessen nach Abstimmung
Tag 5: Montag	Morgenimpuls mit Frühstück
	Abschlussession 18 zur Alltagsintegration Ausblick und Abschluss
	Gemeinsames Mittagessen
	Offizielles Ende gegen 13:00h
	Selbstorganisierter Rückflug
Tag 6:	Verlängerungstage möglich (bitte Interesse bei uns anfragen)