

# **Sich neu begegnen**

## **Meditation und Massage für schwule Paare**

Fr, 16.04.2021 — So, 18.04.2021

In diesem Seminar entdeckst du Wege, um Ruhe und Kraft zu tanken, und ihr könnt euch als Paar neu begegnen. Im Alltag geht uns oft der Kontakt zu uns selbst sowie das Gefühl für den anderen und die Beziehung verloren. Momente der Besinnung, Partnerübungen und Zeit für Berührung öffnen wieder Zugänge für das eigene Empfinden und das Verständnis für den Partner. Meditationen, Massagen und weitere Übungen bieten dafür die Chance.

Im ersten Teil bist du mehr mit dir selbst: Du kannst abtauchen, den Alltag abstreifen und dich und deine Kräfte besser kennenlernen. Im zweiten Teil habt ihr die Chance, gemeinsam die Tiefe der Meditation zu erleben sowie Massagen zu geben und zu empfangen. Mit diesen Impulsen könnt ihr gestärkt in euer Leben starten und mit dem Erlebten euren Alltag bereichern.

Für dieses Seminar braucht es keine Meditations- oder Massage-Vorerfahrungen.

### **VA-Nummer**

1314

### **Kosten**

225,- EUR

### **Dauer**

Fr, 18:00 Uhr – So, 14:30 Uhr

### **Dozent\*innen**

[Heiko Scheibig](#)

Pädagogische Leitung: Marcel Hackbart

[Teilnahme anmelden](#)

