



Mit Leichtigkeit in den Sommer

Workshop



Raum für Neues! Tauche ein in zwei Stunden voller Bewegung, Achtsamkeit und neuer Energie.

Mit Musik, Mindset-Impulsen, kraftvoller Bewegung & Meditation – für alle, die mit mehr Schwung, Klarheit und innerem Strahlen in den Sommer starten wollen.

 17 26.06.25 |  2 Stunden | Energieraum HS

Achtsamkeit und KAHA im Wald

Termine: 08. Mai, 12. Mai & 02. Juni

jeweils 18:00 Uhr, 90 Minuten

Treffpunkt: Parkplatz am Friedhof in Waldfeucht Haaren

Termine sind einzeln buchbar! Je Termin 10 Euro.

Anmeldung und Info's über meine Homepage!



SEMINARHAUS WIEDER GEFUNDEN!

Gute Nachrichten – es geht weiter in der Villa Herzraum in Haaren!

Die Türen bleiben offen und die Villa füllt sich weiter mit Leben. Vielfältige Angebote sind in Planung – von kreativen Workshops bis hin zu tiefgehenden Retreats.

Auch meine eigenen Formate finden ab sofort dort statt.

Ich freue mich sehr, diesen besonderen Ort gemeinsam mit euch weiter wachsen zu lassen!



Rückblick Mosel-Auszeit

MOSERLIEBE, WEIN & WOHLBEFINDEN –
Die erste Mosel Auszeit in Kröv
Was für ein traumhaftes Wochenende! Bei meiner ersten Mosel Auszeit in Kröv durften wir erleben, wie Entspannung, Bewegung, Genuss und Natur auf einzigartige Weise miteinander verschmelzen

Diese Auszeit war rund – und unbedingt wiederholenswert!



AB AUGUST - Wald-Aktiv

Ab dem 15. August jeden Freitag um 9:00 Uhr

Triff Gleichgesinnte, genieße die frische Luft und starte fit ins Wochenende!

Walkingrunde mit abwechselnden Kräftigungs- und Beweglichkeitsübungen, Teilnahme MIT und OHNE SmoveyRingen! Kostenlose

Schnupperstunde mit Anmeldung jederzeit möglich!

REIKI - Treffen für Praktizierende

Das nächste Treffen findet am 14. Mai von 18 bis 22 Uhr in Haaren statt. Es gibt Raum für persönliche Gespräche unter Gleichgesinnten. In dieser offenen Runde kannst du deine eigenen Erfahrungen und Erlebnisse teilen und dich in einem Kreis, der von Interesse und Verständnis geprägt ist, weiterentwickeln.

Erlebe wertvollen Austausch, Meditation & gegenseitiges Reiki.

Anmeldung und Info´s über alle Angebote über meine Homepage!