

ACHTSAMKEIT & PFERDE



Achtsamkeit & Pferde

Am ersten Tag werden wir uns in Momenten der Stille mittels verschiedener Achtsamkeitsübungen aus den Programmen (Achtsame Stressreduktion, Achtsames Selbstmitgefühl, Achtsames Mitfühlendes Leben ...) dabei erforschen, wie wir mit uns und mit unserer Mitwelt in Kontakt treten können.

Gestärkt durch die Erfahrungen des ersten Tages werden wir unsere Kontaktfähigkeit am zweiten Tag in der Interaktion mit Pferden erproben.

Die Arbeit mit Pferden ist Streben nach Harmonie und Einklang in der Begegnung zweier sehr unterschiedlicher Wesen. Sie gestaltet sich unmittelbar im Hier und Jetzt des ersten Kontaktes.

Weisheit wächst in der Stille
(persisches Sprichwort)

WANN: Sa 08.10 und So 09.10
jeweils von 10 - 17 Uhr

WO: Der zweite Tag findet am Kohlerhof,
Volders, Lachhofweg 6a statt
Der Ort für den ersten Tag
wird noch bekannt geben.

KOSTEN: € 400,—

Mag.a. Claudia Baldeo
Psychotherapeutin
Reittherapeutin

Dr. Markus Felder
Psychotherapeut
Achtsamkeitslehrer

ANMELDUNG UNTER:
kontakt@markusfelder.at