



FülleSeminar

Sa, 21. Juli 2018

10:30 Uhr - ca. 19:00 Uhr



10:30 Uhr **Willkommensrunde** und **Meridian-Aktivierungs-Aufwach-Übungen**

11:00 Uhr **Brombeerblätter destillieren**, sofern Petra Ott (Kräuterpädagogin, Energetikerin und Phytotherapeutin) Zeit hat (ist noch unklar).
Alternativprogramm ist vom Wetter abhängig, daher noch nicht fixiert.

13:00 Uhr herum **Mittagessen** – wir bestellen bei der Pizzeria Vero Gusto in Pottenbrunn, ist selbst zu bezahlen; du kannst dir aber auch gerne selbst etwas mitbringen und aufwärmen

14:30 Uhr ca. kurze **Programmabsprache und Feedbackrunde**

Bei viel Energie gehen wir zuerst eine Runde mit den **smoveys** (Vibrationsringe) – fördert die Verdauung, Konzentration, den ganzen Stoffwechsel.
Bei zu viel Hitze oder geringer Motivation werden wir uns mit den Ringen gegenseitig abrollen – ist wie eine Massage, sehr aktivierend.

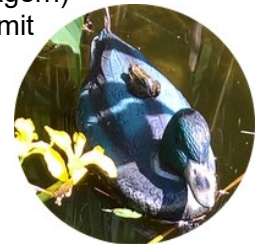
Wer will kann zwischendurch im Teich schwimmen gehen!

Ab 15:30 ca. werden wir **Baumwollstofftaschen** (mit langen Trägern) **mit GonisFarben** (schadstofffrei) **bemalen** und **gestalten** damit



Fülle-Sackerl

Als **Zwischendurch-Stärkung** gibt es **am Nachmittag** **Apfel-** und **Orangensaft, Kaffee, Chips** und **Nüsse**



17:30 Uhr ca. **Aufschreiben** unserer **Fülle-Wünsche** und anschließendes **Verbrennen im Fülle-Feuer**

18:30 Uhr ca. **Abschlussrunde**



- Mitzubringen:**
- eine **Decke oder Matte** für die Wiese
 - verschiedene **Pinsel zum Gestalten** der Fülle-Sackerl
 - altes **Shirt oder Bastelschürze**
 - **Badesachen**, wer sich abkühlen will

Seminarpreis: € 50,- für Erwachsene (inkl. Materialkosten, exkl. Mittagessen)

Fülle-Geschenk: Kinder bezahlen keine Seminarkosten – **es fallen nur die tatsächlich verwendeten Materialkosten an.**

Kinder können sich gerne anders beschäftigen – brauchen also nicht mitzumachen. Es gibt genug Abwechslung im Garten.

Ab welchem Alter kann ich mein Kind mitbringen: dein(e) Kind(er) sollte(n) so reif sein, dass du am Seminar teilnehmen kannst, ohne dich ständig umschaun zu müssen bzw. es nicht unentwegt deine Aufmerksamkeit sucht.

Anmeldung + Seminarleitung: **Andrea Scheidl** Tel.: 0660-762 91 86; email: info@souldiving.at (smoveyCoach, SoulDiving Teacher & Practitioner, Tuina Masseurin und noch mehr)

SeminarOrt: **SoulDiving Healing Center & School**, Heiligenkreuzerstr. 4, 3141 Kapelln

Anmeldeschluss: **Fr, 20. Juli 2018** um 18 Uhr