

## Seminarleiterin

### Angela Schmidt

Diplompädagogin aus Marburg. Durch ihre langjährige Erfahrung in der Bildungsarbeit verfügt sie über ein beeindruckendes Methodenrepertoire und gestaltet ihre Seminare bunt und abwechslungsreich. Ihre vielfältige künstlerische Arbeit mit Ton und anderen Materialien fließen ebenso in das Programm mit ein, wie ihre langjährige Yoga- und Entspannungsarbeit.



## Anmeldung und Teilnahmebeitrag

Interessierte Frauen melden sich bitte per Mail an unter [info@ainzigartig.com](mailto:info@ainzigartig.com). Nach Zusendung der Anmeldebestätigung wird diese mit Eingang des Teilnahmebeitrags verbindlich. Der Teilnahmebeitrag beläuft sich auf 140 Euro. Hinzu kommen geringe Materialkosten.

„Zeit für mich“  
Wohlfühlseminar für Frauen

 **AinzigArtig**



Inne halten



Entspannen



Vorausschauen



Erden

## Das AinzigArtige Wohlfühlseminar

Sie möchten einfach mal zur Ruhe kommen und Zeit haben, um alles in Ihrem Kopf neu zu sortieren? Sie möchten Entspannung und Anregung? Sie möchten inspirierende Gespräche? Und Sie lieben schöne visuelle Hinweise in Ihrer Wohnung, die Sie jeden Tag an Ihre Vorsätze erinnern?

Nun, dann hätte ich etwas für Sie!

Ich möchte Ihnen einen **AinzigArtigen** Raum anbieten. Finden Sie in meinem vielfältigen Arrangement zwischen Entspannung, Musik und dem Austausch mit Anderen frische Energie und neue Strategien für sich. In einer kreativen Gestaltungsphase eröffne ich Ihnen die Möglichkeit, Ihre Gedanken künstlerisch umzusetzen. Nehmen Sie sich Zeit. Zeit, sich mit Genuss und Ruhe, mit Lachen und Besinnlichkeit, mit Kopf und Bauch neu zu inspirieren.

## Methoden

- Gesprächsrunden zu zweit, in Kleingruppen und in der Gruppe
- Sinnesspaziergänge
- Arbeiten mit Ton und anderen Materialien
- Körperwahrnehmung mit Musik
- Entspannungseinheiten angelehnt an Yoga

## Veranstaltungsort

Das 2-teilige Seminar findet in den Räumen der Kindertagesstätte „Kleine Strolche“ in Marburg statt.

## Termine

15. Oktober 2016  
Zeit:  
Kosten:

05. November 2016  
10:00 - 18:00 Uhr  
140,- Euro