

# Ablaufübersicht Wochenende (Er-)Finde Dich neu!“

## Freitag, 24.04.2020

Individuelle Anreise zur jeweils gebuchten Unterkunft

15:30 Uhr Treffen am Veranstaltungsort

**Vorstellung** der Seminarleitung

**Mini - Meditation** zum Ankommen

**Kennenlernen** / Vorstellungsrunde der Teilnehmer

Theorie zur Vorbereitung auf eine intensive und erkenntnisreiche **Trance** wer Du alles im Leben bist

Schriftliches Be- und Verarbeiten der Trance

**Abschlussrunde**

Gemeinsames **Abendessen**

Nach Bedarf: **Blockadenlösung**

## Samstag, 25.04.2020

9:00 Uhr Treffen am Veranstaltungsort

**Mini Meditation** zur Selbstwahrnehmung

Kurzer **Tagesrückblick** der Gruppe

Was sind **Grundüberzeugungen**, was für welche gibt es und was für welche hast Du?

**Intensive Innere Kind Trance**

Feedbackrunde

**Danach Zeit für Dich** alleine oder mit anderen, Du entscheidest

12:30 – 13:30 Uhr **Gemeinsames Mittagessen**

**Arbeitsblatt** zur tieferen Auseinandersetzung, aber auch **Auflösung der Grundüberzeugungen**

**Intensive Meditation** zur Transformation alter Glaubenssätze mit Innerer Kind Arbeit

**Schweigender Spaziergang**

**Kaffee und Kuchen**

**Danach Zeit für Dich** alleine / Vorbereitung auf das Feuerschalenritual

18:30 Uhr Abendessen

Danach **symbolisches Verbrennen** aller Belastungen, Blockaden oder Beschwerden

## Sonntag, 26.04.2020

9 Uhr Mini **Meditation**

**Morgenrunde** zur Reflexion des vergangenen Tages

**ErFinde Dich neu** in einer **Intensive Meditation**

**Kreative Erstellung des „neuen Ich´s“**

Berührende **Selbstliebe Meditation** zum Abschluss

**Abschlussrunde**

Gegen **13:00 Uhr** Ende des Seminars