GENIEßE DEINE NATÜRLICHE LEBENDIGKEIT – IN EINER RUNDUMERFÜLLENDEN ZEIT

KURSNUMMER: **OUR 02**

KURSZEIT: **ca. 4-5 Std./Tag**

PREIS: **€ 1350**

INSIDE travel
Reisen für dich. Zu dir.

Christiane Münch:

Mehrfach ausgebildete Teacherin für freien und inspirierenden Tanz sowie Praktikerin in prozessbegleitender Massage.

Seit vielen Jahren bin ich ein liebevoller Leuchtturm – als Nanny in einer Familie mit zwei Kindern und als herzvolle Begleitung für ältere Menschen und Hunde.
Ich gebe Massagen der heilsamen Berührung, leite Kleingruppen für echte Begegnungen und führe Lebensfreude-Tanzkurse sowie Workshops zur bewegten Entfaltung durch.

Langjährige Selbstforschung in Körper- und Bewusstseinsarbeit sowie spiritueller Entwicklung.
Mit offenem Herzen, leichtem Humor, erfrischendem Lachen und einer entspannten, feinfühligen Präsenz schaffe ich eine Atmosphäre, die Wärme und Behaglichkeit schenkt. Sie ermutigt Menschen, ihr inneres Licht frei und voller Vertrauen leuchten zu lassen.

Als Inspiration für das Erwecken natürlicher Lebendigkeit freue ich mich darauf, dich zu feiern und das Leben in dieser besonderen Seminarzeitgemeinsam zu genießen.

Es wird eine wundervolle Seminarassistenz mit dabei sein.

16.08. - 23.08.2025

Freust du dich auch auf…

- eine intensive Auszeit voller Leichtigkeit ?
- eine stimmige Balance aus nährender Entspannung und belebender Bewegung ?
- neue, erfrischende Impulse, die dich lebendiger fühlen lassen ?
- inspirierende Begegnungen in einer Gruppe, in der du dich echt und sicher fühlst ?
- genügend Freiraum ganz für dich, um einfach zu sein und die Seele baumeln zu lassen ?
- und nicht zuletzt nach „mehr“ Freude, und das, am Meer ? ;)

Dann bist du hier genau richtig - in einem einzigartigen Seminar, das unvergessliche Erlebnisse mit erholsamer Urlaubsqualität verbindet.

Stell dir vor, du tauchst ein – in eine Welt voller Leben – purer Freude, tiefer Verbundenheit und spielerischer Leichtigkeit. Hier darfst du leben, dich bewegen, lachen, innehalten und genießen – ganz frei, ganz du.

Was dich erwartet: Du wirst dich in freiem und inspiriertem Tanz entfalten – und zudem auf spielerische Weise auch in anderen Ausdrucksformen neu entdecken, ganz ohne Erwartungen – einfach deinem inneren Fluss folgend. In achtsamen Übungen trittst du in bewussten Kontakt zu dir selbst und erlebst, wie deine Lebendigkeit im Miteinander weiter wächst – von tiefen Begegnungen bis hin zu ausgelassenem Spaß. Mit Musik, in Bewegung, ruhigen Sequenzen und unkonventionellen kreativen Anregungen forschen wir nach dem Herzschlag des Lebens – drinnen oder draußen, allein, zu zweit, in kleinen Gruppen oder alle gemeinsam. Diese besonderen Momente werden dich nähren, dir Freude schenken und dich nachhaltig bereichern – weit über den Seminarraum hinaus, bis in deinen Alltag hinein.

Unser Herzens-Anliegen: Durch unsere vielfältige Erfahrung und tiefe Begeisterung für die Stärkung der natürlichen Lebendigkeit, erschaffen wir eine vertrauensvolle Atmosphäre, in der du dich rundum wohlfühlst. Dabei begleiten wir dich mit Herz, Humor und achtsamer Präsenz durch abwechslungsreiche Erfahrungswelten, die Dich – als Teil der Gruppe – tragen.

Buchungs-Tipp:

Bei Buchung bis 30.04.2025 erhalten Sie € 100 Rabatt.

Weitere Einblicke in deine Zeit:

- **Belebender Tagesbeginn:** Vom achtsamen Ankommen bei dir selbst bis hin zu überschäumender Freude, die deinen Körper weckt und dein Inneres zum Leuchten bringt.
- **Kulinarische Verwöhnmomente:** Genieße ein liebevoll zubereitetes vegetarisches Frühstücks- und Abendbuffet, das Körper und Seele nährt.
- **Natur und Meer:** Erlebe die Schönheit eines Seminarraums mit Meerblick und die magische Atmosphäre von Korfu – eine Umgebung, die Wohlbefinden fördert.
- **Abwechslungsreiche Impulse:** Eine ausgewogene Mischung aus Bewegung, Kreativität und Momenten der Ruhe.
- **Ausdruck und Begegnung:** Spielerische und leichte Übungen, die deinen Ausdruck fördern und das Miteinander in der Gruppe lebendig und inspirierend gestalten.
- **Tiefe Verbundenheit:** *Erlebe* echte Begegnungen und einen wertschätzenden Austausch in einer Gemeinschaft, die Freude und Offenheit teilt.
- **Dein Freiraum:** Zwischen den gemeinsamen Erlebnissen bleibt genügend Zeit, um deinen eigenen Bedürfnissen Raum zu schaffen – sei es in der Natur, beim Entspannen oder einfach ganz für dich.

Lass uns gemeinsam das Leben in seiner ganzen Fülle feiern !

INKLUSIVLEISTUNGEN:

- Unterbringung zu zweit im DZ (großes Apartment, Kategorie 2 mit geteilten Bad und Wohnküche, Preisgruppe A (ohne Meerblick))
  Gegen Aufpreis:
  - ➔ DZ zur Alleinbenutzung: 50-100 € pro Person & Woche
  - ➔ Kategorie 1 (= eigene DU/WC): 40 € pro Person & Woche
  - ➔ Preisgruppe B (= eingeschränkter Meerblick): 20 € pro Person & Woche
  - ➔ Preisgruppe C (= Meerblick, bessere Ausstattung): 60 € pro Person & Woche
- Teilnahme am Ferien-Seminar
- Vegetarische Halbpension
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Korfu