



Fr 20.8. - So 22.8.2021

Achtsamkeit, Feldenkrais, MBSR

**in der Abtei Frauenwörth
auf der Fraueninsel im Chiemsee**

**Dr. Ursula Geisler
Psychotherapeutin**

**Jutta Rose Numberger
Feldenkraispädagogin**

**Einfache Übungen zur Stärkung von
Wohlbefinden und Gelassenheit
- ein Praxisseminar**

Lernen Sie bei diesem Seminar im Sommer auf der Fraueninsel die wohltuende Wirkung von Achtsamkeit und Bewusstheit durch Bewegung kennen. Wir werden uns diesem spannenden Thema in Theorie und Praxis widmen.

Der besondere Ort der schönen alten Abtei, die erprobten Methoden und die feine ayurvedische Küche ergänzen sich zu einem runden Ganzen.

Abtei Frauenwörth

Zimmer belegbar ab	Fr 14 Uhr
Gemeinsames Abendessen	Fr 18 Uhr
Seminarbeginn	Fr 19 Uhr
Seminarende	So 13 Uhr
Seminargebühr:	180 €

plus Kosten für Übernachtung und Verpflegung;
diese werden bei der Ankunft im Kloster über die Seminar-
verwaltung abgerechnet.

Bankverbindung wird nach Anmeldung mitgeteilt.

Anmeldeschluss: 15.06.2021

Übernachtung (nach Verfügbarkeit):
Übernachtungskategorie bitte angeben

Kategorie A	
EZ/ DZ mit Du/ WC, Seeblick	<input type="radio"/>
€ 60/ 50 p.P./ Nacht	
Kategorie B	
EZ/ DZ mit Du/ WC, Hofblick	<input type="radio"/>
€ 50/ 40 p.P./ Nacht	
Kategorie C	
EZ/ DZ (Etagedusche/ WC)	<input type="radio"/>
€ 35/ 30 p.P./ Nacht	

Verpflegung von Fr Abend bis So Mittag:

VP € 48 pro Tag im Kloster mit indisch-ayurvedischer
Küche von Nicky Sitaram Sabnis

Kontakt Daten zur Anmeldung:

Dr. Ursula Geisler
dr.geisler-praxis.psychotherapie@web.de
Tel. 01522 4533 514

Jutta Numberger
feldenkraisdorfen@gmx.de
Tel. 08081-953904



Verhaltenstherapeutin;
Familien- und Paartherapeutin,
Traumatherapeutin; Supervisorin;
Lehrbeauftragte der Hochschulen
München und Augsburg



Zertifizierte Feldenkrais-Lehrerin;
Craniosacrale Balance;
ATM - Awareness through Movement;
FI - Funktionale Integration;
langjährige Erfahrung als Kursleiterin