

# DIE CLOWNIN AM MEER: VOM GLÜCK DER UNVOLLKOMMENHEIT

KURSNUMMER: **OUC 28**

KURSZEIT: **ca. 3-4 Std./Tag**

PREIS: **€ 1197**



**INSIDE**  **travel**  
Reisen für dich. Zu dir.

## **Kristina Mohr:**

Die Hamburgerin ist Clownin (TuT),  
Saxophonistin & Dipl. Psychologin.  
Sie wirkt seit 2006 freiberuflich als  
Musikerin, Musik-Clownin und  
Trainerin für Clownerie &  
Entspannung. Geprägt ist ihre Arbeit  
besonders von Patch Adams, Franki  
Andersen (Fool), Jan Garbarek und  
der Achtsamkeitspraxis von Thich  
Nhat Hanh.

Als komische Figur EMMI MEYER  
wurde sie Jahressiegerin der  
Unprojekte der europäischen  
Kulturhauptstadt 2010. In „Clownin  
Lottes Zirkus-Träume“ flog sie mit  
Tausenden von Kindern zum Mond -  
auch in Kirchen &  
Flüchtlingsunterkünften.

Als Trainerin bietet sie seit 2004  
Clownerie-Kurse für Erwachsene und  
entwickelte die beliebte  
„Glücksübung“. Seit 2014 gibt sie mit  
Hingabe reine Frauenkurse. Durch  
ihre schelmische, achtsame und  
herzliche Art springt der Funken  
mühelos über: Für Lebensfreude,  
Schabernack und Spiel im Hier &  
Heute, und um beherzt „auf der  
Straße zu pfeifen“. So wie wir sind.

„Auf der Rückseite des Schmerzes  
liegt das Gold... deine bunte Quelle  
und Musik“ Kristina Mohr

„Wir spielen das Leben“ Louis  
Armstrong

## **26.09.2025 - 03.10.2026**

Für neugierige lebenshungrige Frauen bis 77++, die am Meer  
kreativ, humorvoll & mal ganz anders auftanken wollen.

Sonne, Clownspiel, Strand & Schabernack... was für eine traumhafte  
Auszeit zum Herbstanfang!  
Genüsslich am Meer sein - spielen und faulenzen. Lachen und Staunen.  
Urlaub mit dem Einstieg in den Zauber der roten Nase verbinden? Auja!  
Das sanfte Clownin-Erwachen führt Dich zu Deiner ureigenen Kraft, um in  
Lebensfreude und neuer Energie zu baden. Schalte Dein Denken aus und  
hüpfe in ein verschmitztes Abenteuer - mit „Glücks-Übung“ und  
Schabernack. Auftanken im Urlaub par excellence.

Dieses Ferienseminar für Frauen bietet einen leichten sowie rasanten  
Einstieg in die Figur der Clownin, die in jeder von uns wohnt. Mit ihrem  
staunenden Herzen und der wertschätzenden Neugier lässt sie uns wie  
neugeboren die Welt so annehmen, wie sie ist – um sie dann auf den Kopf  
zu stellen. Unter behutsamer und verschmitzter Anleitung!

Mit humorvollen Übungen aus dem Körper- und Emotionstheater, sowie  
Tanz, Phantasie und Achtsamkeit wird das natürliche Spiel gefördert und  
ein freier Raum für das etwas andere in uns geboten: mit Neugierde,  
Verrücktheit und Spaß.

Als ob das freie innere Mädchen im Hier und Jetzt hervorlugt – mit  
Geschichten, Träumen und der Unmittelbarkeit der Gefühle. Allein die  
Suche danach fördert die erwachsene Unbeholfenheit des Spiels zutage  
und lässt komische und berührende Situationen entstehen.

Du bist beim Clownin-Ferien-Seminar richtig, wenn ...

- Du große Lust auf rote Nase, komische Bewegung & Spiel hast,  
ohne dass Du Vorerfahrungen mitbringen musst (die aber auch  
nicht hinderlich sind). Widerstände willkommen!

- Du allein reisen und eine wertschätzende Gemeinschaft unter Frauen jeden Alters erleben möchtest (oder mit Freundin)
- Du Dir wünschst, Alltagsgedöns, Ernsterei und Perfektionsallüren abzulegen und mehr über dich selbst zu lachen
- Du den Clownin-Workshop mit viel Zeit für entspannten Urlaub am glitzernden Meer mit Sandstrand, Olivenhain, Küstenspaziergänge, viel Grün und Café verbinden möchtest - allein oder gemeinsam, wie Du willst.
- Du stabile psychische / physische Gesundheit und „Gehfähigkeiten“ mitbringst für die Wege zwischen Appartement, Kursraum, Restaurant & Strand (ca. 15 Min. fußläufig).
- Du Dich von einer verschmitzten behutsamen Kursleitung anstecken und inspirieren lassen möchtest, die es liebt, Dich zum Spielen zu bringen.

**Und immer ist der eigene Genuss unser Kompass!**

Kommst Du mit auf die zauberhafte Insel am Meer?

## INKLUSIVLEISTUNGEN:

- Unterbringung zu zweit im einfachen DZ (großes Apartment, Kategorie 2 mit geteiltem Bad und Wohnküche, Preisgruppe A (ohne Meerblick))  
Gegen Aufpreis:
 

→ DZ zur Alleinbenutzung:	50 - 100 € pro Person & Woche
→ Kategorie 1 (= eigene DU/WC):	30 - 40 € pro Person & Woche
→ Preisgruppe B (= eingeschränkter Meerblick):	20 € pro Person & Woche
→ Preisgruppe C (= Meerblick, bessere Ausstattung):	60 € pro Person & Woche
→ Preisgruppe L (= Meerblick, Klimaanlage):	110 € pro Person & Woche
→ Preisgruppe LX (= Luxus, Meerblick, Klimaanlage):	150 € pro Person & Woche
- Teilnahme am Ferien-Seminar
- Vegetarische/Vegane Halbpension
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Korfu (samstags von 06:00-23:59 Uhr)