

AHNENKRAFT & FRAUEN-POWER

KURSNUMMER: **ZYP 09**
KURSZEIT: **ca. 5 Std./Tag**
PREIS: **€ 1210**



inside travel
Reisen für dich. Zu dir.

Gabriele Mayr:

Heilpraktikerin mit über 20jähriger Berufserfahrung in Einzel- und Gruppen- therapie, psychologische Kinesiologie, Systemische Aufstellungen, Traumatherapie, Leitung verschiedener Rituale und Persönlichkeitsentwicklung

Martina Kronner:

Coaching und Gesundheitsberatung, Fitnesstrainerin, Ausbildung in Aufstellungsarbeit, Klangreisen und Yoga Nidra.

13.09. - 20.09.2026

Mit Aufstellungen, systemisch-spirituelle Ahnenarbeit, verschiedenen Ritualen, geführten Meditationen, Trommelreisen und Ahnenfeld-Klang begibst Du Dich auf eine Reise zu Deiner ureigenen weiblichen Kraft und dem alten Wissen in Dir.

Abwechslungsreiches Körpertraining in Form von Mobilisation, lockerem Ausdauertraining und Elementen aus Yoga stärkt Deine Körperwahrnehmung und erdet Dich.

Klangreisen und Yoga Nidra fördern die Harmonisierung Deines Energieflusses und führen Dich in einen Zustand tiefer Entspannung.

Gemeinsam erforschen wir mit viel Spaß und Lebenslust unser Frausein. Es gibt Raum für Gemeinsamkeit und Rückzug, Lachen und Weinen, Bewegung und Ruhe.

Wir beginnen den Tag mit Bewegung, starten nach dem Frühstück in das Seminarprogramm und der Nachmittag ist zum Entspannen, Erkunden oder einfach zum Genießen. Abends treffen wir uns nochmal für einen gemeinsamen Ausklang des Tages. Der Donnerstag steht Euch ganz zur freien Verfügung. Schließlich hat Zypern viel zu bieten: traumhafte Strände, kristallklares Meer und eine atemberaubende Natur!

Das Aphrodite Beach Hotel ist ein familiengeführtes Hotel an einem der schönsten Strände, die Zypern zu bieten hat. Abgelegen vom hektischen Treiben der Städte und fern vom Tourismustrubel lässt es sich hier wunderbar entspannen, genießen und Kraft tanken.

Was euch erwartet:

Für jede eine eigene persönliche Aufstellung oder ein systemisches Ritual (Ahnenfeld)

Verschiedene Meditationen, Archetypen, Rituale, begleitet von Trommel und Gesang

Fitnessübungen mit Yogaelementen und sanfte Mobilisierung helfen Dir, Deinen Körper zu spüren und Deine Mitte zu stärken – und das mit Lockerheit und ohne sportlichen Anspruch

INKLUSIVLEISTUNGEN:

- Unterbringung zu zweit im DZ oder EZ (EZ-Zuschlag: 185 €/Woche)
- Teilnahme am Ferien-Seminar
- Halbpension (Frühstück- & 3-gängiges Abendessen)
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Paphos (ab 2 Personen)
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Larnaca (ab 6 Personen)