

## Gruppenangebot 2024 in Ellenwis in Esslingen



## Wendzeiten unterstützt durch Körperübungen und Aufstellungsarbeit

### Wendzeiten:

Zeiten des Übergangs sind herausfordernd. Oft entsteht dabei das Gefühl von Hilflosigkeit, Unsicherheit, Treten an Ort, manchmal auch von Selbstvorwürfen bis hin zu Ohnmacht und Resignation.

Der Kurs bietet Werkzeuge, die den Schritt ins Neue unterstützen. Indem wir die Ursachen der festgefahrenen Situation erleben können, kommen wir in Kontakt mit den darunterliegenden blockierten Kräften. Der geschützte Rahmen gibt Mut und Vertrauen, um die innewohnende Lebendigkeit ans Licht zu bringen und damit den neuen Schritt zu wagen.

### Kursinhalt:

- Atem- und Empfindungsarbeit
- Aufstellungsarbeit mit dem Medizinrad und Arbeit mit Naturelementen
- Kreative Elemente wie Malen, Tönen
- gemeinsames Kochen am Mittagessen mit Produkten aus dem Garten

### Zielgruppe:

- Menschen, die neue Lebensperspektiven suchen und die Bereitschaft mitbringen, sich den persönlichen Herausforderungen zu stellen
- Menschen, welche mehr über die Zusammenhänge zwischen ihrer

gegenwärtigen Situation und ihrer werdung erfahren möchten

- Menschen, welche alte Muster ablegen und neue lebensbejahende Formen aktivieren möchten

### Kursdaten, Kurszeiten und Kosten:

10:00 Uhr bis - ca.17:00 Uhr

09:45 Uhr bis ca. 16:45 Uhr am So.

10.03., 31.05., 22.06., 06.07., 21.09.,16.11.

**Pro Tag:** Fr.225.- inkl. einfachen Mittagessens  
Bei Interesse nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf. Wir freuen uns Sie genauer zu informieren.

### Kursort

Ellenwis 3, 8133 Esslingen (ZH). Die Ellenwis liegt zwischen Esslingen und Mönchaldorf, 550m von der Bushaltestelle Lieburg. Esslingen (Lieburg) liegt 18km von Zürich HB entfernt. Mit dem ÖV ist es in 36 Min über Uster und mit dem Auto in 20 Min zu erreichen. Ellenwis ist umgeben von einem grossen Garten mit einem herrlichen Blick in die Berge.

### Übernachtungsmöglichkeit:

Für Teilnehmer, welche von weiter her kommen, besteht die Möglichkeit zu übernachten. Preis pro Nacht mit Frühstück Fr. 53.-

## Über uns:

Denise Lischer, Atem- und  
Körperpsychotherapeutin



Katharina Kupper, dipl. Sozialpädagogin, dipl.  
Fussreflexzonen Therapeutin, dipl. Bäuerin,  
Medizinradausbildung bei Daniela Rupp und  
Stiftung Lebenstraum



## Kontakt

Denise Lischer

Ellenwis 3

8133 Esslingen, Tel. 079/ 960 43 61

Mail: denise.lischer@bluewin.ch

Katharina Kupper

Ellenwis 3

8133 Esslingen, Tel. 079/ 364 97 91

Mail: k.kupper@bluewin.ch

[www.brueckenangebot.jimdofree.com](http://www.brueckenangebot.jimdofree.com)

[www.einsichtzuraussicht.jimdofree.com](http://www.einsichtzuraussicht.jimdofree.com)