



# AusZeit für Weiblichkeit

3.3. - 5.3.17 in der Biopension Krennleiten

ein Seminar für Frauen mit heilsamen Übungen aus dem Frauen Qi Gong, Chan Mi Qi Gong & Yin Yoga

„Und es kam der Tag, da das Risiko, in der Knospe zu verharren, schmerzhafter wurde, als das Risiko, zu blühen.“ (Anais Nin)

*Anais Nin drückt wunderbar die Essenz dieser AusZeiten aus: zu erblühen und die uns innewohnende Kraft, Fülle und Weisheit (wieder) zu entdecken sowie zur Entfaltung zu bringen. Der Frauenkreis und der geschützte Raum unterstützen uns in diesem Prozess. Wir besinnen uns auf das Wesentliche, äußerlich wie auch innerlich, und streifen in diesen Tagen alles Überflüssige von uns ab. Wir begeben uns, geborgen in der liebevoll geführten Biopension Krennleiten, inmitten der Schönheit des Berchtesgadener Landes gemeinsam auf die Reise nach innen, zum Wesen der Dinge. Eine kostbare Gelegenheit aus den Übungen des Chan Mi Gong/Qi Gong, der Natur und dem Miteinander Kraft zu schöpfen. Tagsüber werden wir üben, Raum haben für Gespräche aber auch die Stille, die Seele baumeln lassen und abends meditieren, chanten und vielleicht auch am Lagerfeuer den Geschichten der Wolfsfrau lauschen...*

**Kursbeitrag:** 140 € (ca.14 Qi Gong UE), **Anmeldefrist: 15.1.17, max. 14 PLÄTZE** zuzügl. Übernachtung & Verpflegung in der Biopension Krennleiten

**Kursbeginn:** Freitag, den 3.3.17 um 18.15 Uhr & **Kursende:** Sonntag, den 5.3. um 13 Uhr

**Kursanmeldung** bitte bis 15.1.17 bei Feryal Genç (Heilpraktikerin, zertifizierte Qi Gong & Chan Mi Gong Lehrerin): 0821/20 966 874 oder über d. Online Anmeldformular auf [www.daowege.de](http://www.daowege.de). Bitte erst zum Kurs anmelden, dann das Zimmer buchen – Danke. Eine frühzeitige Anmeldung empfiehlt sich, da das Zimmerkontingent begrenzt ist

## Seminarablauf

Freitag	Anreise bis ca 18.00 Uhr 18.15 – 19.15 19.15 – 21.00	gemeinsames Abendessen Kennenlernrunde & Qi Gong
Samstag	8.00 – 9.00 9.00 – 11.00 11.00 – 13.00 17.00 – 19.00 20.00 – 21.00	Qi Gong Frühstück, Pause Qi Gong Qi Gong / Shiatsu anschließend Abendessen bei passendem Wetter Lagerfeuer oder Meditation
Sonntag	8.00 – 9.00 9.00 – 11.00 11.00 – 13.00	Qi Gong Frühstück, Pause Qi Gong & Seminarausklang

Wir werden so viel wie möglich im Freien an der frischen Bergluft üben. Am Samstag Nachmittag gibt es Freiraum zum Seele baumeln lassen. Auch Fellgefährten sind nach Absprache willkommen.

**Kursbeitrag:** 140 €

**Kosten pro Übernachtung inkl. vegetarisches/veganes Frühglücks – Büffet:**  
ca. 35-65 € (je nach Zimmerwahl); inklusive Kurkarte, die zur Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel berechtigt (siehe [www.krennleiten.de](http://www.krennleiten.de) )

**Abendessen:** am Anreiseabend & am Samstag werden wir nach dem gemeinsamen Üben mit einem vegetarischen Bio Abendessen verwöhnt. Der Beitrag hierfür beträgt 20 €/pro Person inkl. Tee und Wasser

Dieses Seminar ist auf max.14 Frauen begrenzt. Bitte frühzeitig anmelden, da nur ein sehr begrenztes Zimmerkontingent zur Verfügung steht. Der Eingang der Anmeldung ist dabei entscheidend. Mit Ausnahme von wenigen Einzelzimmern sind nur Doppelzimmer verfügbar. Sabine und ich freuen uns wenn ihr die Bereitschaft habt euer Zimmer mit einer Mitfrau zu teilen. Wichtig: wenn jemand ein Doppel- als Einzelzimmer haben möchte, kommt ein Zuschlag von 15.- in den Zimmern mit Etagedusche und 20.- Euro/Nacht in den Zimmern mit Dusche hinzu.

**Zimmerbuchung:** das Zimmer kann erst nach der verbindlichen Kursanmeldung bzw Anmeldebestätigung bei Sabine Kruis gebucht werden, Tel.: (08652) 62882 mehr Info zu der Pension: [www.krennleiten.de](http://www.krennleiten.de)

**Einige Rückmeldungen von der letzten Frauen Auszeit:**

*„...es war ein großes, wundervolles Abenteuer...ich fühle mich geerdet, mit Liebe angereichert... Feryals Gabe & Talent, liebevoll, zärtlich und einfühlsam durch diese Tage zu begleiten ist einfach bemerkenswert. Danke.“*

*„...großes Naturerlebnis...statt socialnetworkung virtuell, lieber Lagerfeuerromantik live...“*

*„...mir hat das Wochenende sehr gut getan... geborgen, geschützt, leckeres bekömmliches Essen, große Achtsamkeit allen und allem gegenüber...wohltuend“*

*„...obwohl die Auszeit nur wenige Tage lang war, konnte ich unglaublich Kraft & Ruhe tanken und wieder zu mir finden. Insbesondere die Natur erleben zu können, das Beisammensein mit den anderen, im Austausch und in der Stille, die gemeinsam achtsam zubereiteten und verspeisten Mahlzeiten und natürlich auch die Qi Gong Übungen waren sehr heilsam....Auch deine deine angenehme und ruhige Art waren sehr bereichernd und unterstützend. Noch einmal vielen Dank für die tolle Zeit.“*

### **Anmeldung & Info bei Feryal Genç**

Heilpraktikerin & zertifizierte Qi Gong & Chan Mi Gong Lehrerin , Tel.: 0821 / 20 966 874  
oder via Mail: [f.genc@homeotherapy.de](mailto:f.genc@homeotherapy.de) Info siehe: [www.daowege.de](http://www.daowege.de)

**Anmeldeformular anfordern** oder einfach Online auf [www.daowege.de/anmelden/](http://www.daowege.de/anmelden/)

**Bitte beachten:** Auch wenn die Übungen in der Regel als sehr heilsam und nährend empfunden werden sind Qi Gong sowie Chan Mi Gong und die weiteren Kursinhalte kein Ersatz für eine notwendige medizinische Behandlung bzw. Therapie. Deswegen empfiehlt es sich bei Beschwerden zunächst mit Ihrem/Ihrer Heilpraktiker(in) oder Arzt/Ärztin Rücksprache zu halten bzw. bei diesen begleitend in Behandlung zu sein. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.

Bei Rücktritt von der Teilnahme bis 21 Tage vor Beginn des Seminars wird der Kursbeitrag minus einer Bearbeitungspauschale von 60 € zurückerstattet. Aufgrund der kleinen Gruppengröße, fallen die gesamten Kosten an, falls die Teilnahme später abgesagt oder nach Beginn abgebrochen wird. Ersatzteilnehmerinnen können in diesem Fall jedoch sehr gerne benannt werden.

*Es gibt nur 14 Plätze, die in Reihenfolge der schriftlichen Anmeldung vergeben werden.* Seite 2/3

# Praxis für ganzheitliche Medizin

Praxisgemeinschaft Feryal Genç & Tom Allhoff (HPG)  
Fröschweilerstr.1  
86316 Friedberg-West  
HP Feryal Genç

Telefonsprechstunde Mo - Fr 8.00 - 9.00 Uhr 0821 / 20 966 874

[www.homeotherapy.de](http://www.homeotherapy.de)

## Anmeldeformular für die „AusZeit für Weiblichkeit“ 3.3. - 5.3.16 (die Plätze werden in Reihenfolge der Anmeldung vergeben)

Sie können sich online auf [www.daowege.de/anmelden/](http://www.daowege.de/anmelden/) verbindlich anmelden oder per Post.

Hiermit melde ich mich verbindlich für oben genannten Kurs an und akzeptiere die Bedingungen zur Stornierung (siehe unten).

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Telefonnummer / Handynr. \_\_\_\_\_

Datum und Unterschrift \_\_\_\_\_  
(bei Anmeldung via Mail auch ohne  
Unterschrift gültig und verbindlich)

**Mit der Unterschrift bestätige ich meine verbindliche Anmeldung und überweise den Gesamtbeitrag NACH Erhalt der Anmeldebestätigung und Rechnung innerhalb der Rechnungsfrist.**

**WICHTIG: Der Kurs findet nur statt wenn die Mindestteilnehmerzahl (5 Frauen) erreicht ist. Die Plätze werden in Reihenfolge der Anmeldung vergeben.**

**Bitte beachten:** Qi Gong sowie Chan Mi Gong / Shiatsu und die weiteren Kursinhalte sind kein Ersatz für eine notwendige medizinische Behandlung bzw. Therapie. Deswegen empfiehlt es sich bei Beschwerden zunächst mit Ihrem/Ihrer Heilpraktiker(in) oder Arzt/Ärztin Rücksprache zu halten bzw. bei diesen begleitend in Behandlung zu sein. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.

Bei Rücktritt von der Teilnahme bis 21 Tage vor Beginn des Seminars wird der Kursbeitrag minus einer Bearbeitungspauschale von 60 € zurückerstattet. Aufgrund der kleinen Gruppengröße, fallen die gesamten Kosten an, falls die Teilnahme später abgesagt oder nach Beginn abgebrochen wird. Ersatzteilnehmerinnen können in diesem Fall jedoch sehr gerne benannt werden.