

Die Kraft des gemeinsamen Träumens

Innere Visionen entwickeln

Seminarbeschreibung:

Wir werden uns 6 Tage intensiv mit vielen Themen aus dem Schlaf- und Traummyoga beschäftigen. In der Abgeschiedenheit des Taunus können wir in Ruhe in diese Bewusstseinszustände eintauchen und uns gleichzeitig regenerieren, sowie neu ausrichten.

Ein fester Bestandteil des Seminars wird das **Traum Qi Gong** sein. Wir praktizieren ebenfalls einige **Traum-Mudras** (spezielle Hand und Armpositionen), die uns dabei helfen, die eigene Absicht zu stärken und den Körper von Blockaden zu befreien.

Ein Hauptfokuspunkt innerhalb des Seminars wird auf der **Exploration des inneren Raums** liegen. In diesem kreativen Raum finden alle mentalen Prozesse statt. Dazu zählt selbstverständlich auch das Träumen.

Wir wollen den Traumzustand nutzen, um individuelle Fragestellungen zu klären, aber auch Themengebiete erforschen, die für das "Kollektiv Menschheit" von Bedeutung sein können.

Ein paar Traum Challenges erweitern zusätzlich das Übungsspektrum.

Um an dem Seminar teilnehmen zu können sind folgende Dinge notwendig. Eine gute - bis sehr gute Traumerinnerung, die Bereitschaft die eigenen Träume mit der Gruppe zu teilen und sich unvoreingenommen auch die Träume der anderen Teilnehmer/innen anzuhören, Entdeckungs- und Forschungsfreude.

Zum Seminar wird es ein ausführliches Übungsskript geben. Alle Übungen werden als Video auf "Vimeo"* gestellt, d.h. man kann sie sich kostenfrei online anschauen.

*Vimeo ist eine Onlineplattform, ähnlich wie youtube, die genauen Links / Zugangsdaten werden vor dem Seminar zugemailt.



Bild: [www.http://voidvisuals.com/](http://voidvisuals.com/)

Auftanken und in der Natur Kräfte sammeln

Seminarleitung:

Kai Schoppe, Traum Yogi seit 1998, Ausbildungen im In- und Ausland (Brasilien, Hawaii, Deutschland). Hauptberuflich Tai Chi und Qi Gong Lehrer mit eigener Schule seit 2001.

„Mein Anliegen ist es das Traum Yoga wieder allen Menschen zugänglich zu machen. Träumen und Schlafen sind natürliche Vorgänge, die jedem von uns innewohnen.

Das Potential dieser Bewusstseinszustände kann aktiv genutzt werden um innere Balance, Zufriedenheit und Glückseligkeit zu erlangen. Zusätzlich liegt in den Träumen eine oft ungenutzte kreative Kraft, die wir mit den Übungspraktiken anzapfen können, um ein erfülltes und vitales Leben zu führen. Jeder Mensch hat die Möglichkeit, mit der entsprechenden Anleitung, diese Qualitäten selber zur Entfaltung zu bringen.

Mich interessiert in letzter Zeit auch immer mehr der „kollektive mentale Raum“, den wir als Menschen teilen und den man für jedwede Fragestellungen/Problemlösung aktiv nutzen kann. Insofern freue ich mich, diesen mit allen Teilnehmer/innen gemeinsam anzuzapfen.“



Organisatorisches:

Ganz wichtig, bitte rechtzeitig und frühzeitig buchen. Gebt auch bitte euer Wunschzimmer / eine Alternative, falls das Zimmer schon belegt ist, an. Das Seminar besteht aus max. 12 Teilnehmer/innen. Bitte schriftlich per Email sich anmelden. Daraufhin bekommt man eine Bestätigung und eine Rechnung über die Gesamtkosten.

Als verbindliche Anmeldung gilt dann die Überweisung des Gesamtpreises (Kurskosten und Verpflegung) oder zumindest eine Anzahlung von 50% (die Restzahlung dann bitte spätestens 4 Wochen vor Seminarbeginn) auf das Konto der Tai Chi Schule Wiesbaden, Wiesbadener Volksbank BIC: WIBADE5W, IBAN: DE30 5109 0000 0000 7939 06.

Bei Absage bis 4 Wochen vorher werden 10 % der Teilnahmegebühr als Stornokosten fällig. Danach ist der volle Betrag zu zahlen, wenn kein Ersatzteilnehmer/in gefunden wird. Man kann im Internet Seminar-Rücktrittsversicherungen abschliessen.

Zeiten: (der genaue Ablauf folgt mit der Anmeldung)

Montag, 03.12.18 Beginn 16.00 Uhr – (gegen 17.00 Uhr gibt es noch ein kleines Abendessen).

bis

Samstag, 08.12.18 Ende 14.00 Uhr

Kurskosten:

280,- Euro zuzüglich Übernachtungs- und Verpflegungskosten (siehe Seite 4). Den Gesamtbetrag bitte auf das Konto der Tai Chi Schule überweisen.

Da wir als Gruppe zusammenbleiben wollen, besteht nur die Möglichkeit an dem Seminar teilzunehmen, wenn man auch vor Ort übernachtet.

Seminarort / Anreise:

Hollermühle

Seminarhaus | Waldhotel

Hollermühle 1

56357 Holzhausen an der Haide

www.hollermuehle.de



Am Besten per Auto zu erreichen, von Wiesbaden

kommend auf die B260 (Bäderstrasse), bis nach Holzhausen. In Holzhausen an der ersten grossen Kreuzung rechts abbiegen in Richtung Rettert. Von der Hauptstrasse abbiegen bei dem Campingplatz: "Zum Hasenbachtal", dort ist dann auch schon die Hollermühle ausgeschildert. Der Beschilderung folgen, ca. 2km durch den Wald fahren und man ist da.

Übernachtung / vegane Vollpension:

Es gibt verschiedene Zimmerkategorien, die man wählen kann. Zur Verfügung stehen 4 Einzelzimmer (zwei davon können auch mit 2 Personen belegt werden), 2 Doppelzimmer und 1 Dreibettzimmer. Alle Zimmer sind sehr schön eingerichtet und liebevoll gestaltet worden. Sie befinden sich im ersten Stock des Hauses und liegen auf einem Gang.

Man kann entweder eigene Bettwäsche und Handtücher mitbringen oder für 10,- Euro diese ausleihen (6,- Euro Bettwäsche und 4,- Euro Handtücher. Das Geld hierfür wird vor Ort bar bezahlt).

Während des Seminars wird es diverse Köstlichkeiten aus der veganen Küche geben. Dabei wird ein natürlicher Fokus auf lokalen, regionale Produkte liegen.

Ernährung spielt auf jeden Fall eine Schlüsselfunktion, um innere Klarheit zu gewinnen. Insofern werden wir entsprechende Kost zu uns nehmen, die eine positive Wirkung auf unseren Körper und Geist hat.

Haftungsausschluss:

Psychisch labile oder sich in ärztlicher Behandlung befindende Menschen sollten nur nach Absprache mit ihrem behandelnden Arzt/Therapeuten an dem Seminar teilnehmen. Eine Haftung der Tai Chi Schule für Personen- Sach- und Vermögensschaden ist ausgeschlossen.

Übernachtungsübersicht der Zimmer und Preise

- die Preise beziehen sich pro Person für insgesamt 5 Übernachtung inklusive Vollpension

Zimmer: "Zum Hirschen" mit eigenem Badezimmer.

Als Doppelzimmer (180er Doppelbett): Kosten: 320,- Euro pro Person.

Als Einzelzimmer: Kosten: 400,- Euro.

Zimmer: "Wildwechsel" mit eigenem Badezimmer.

Als 3 Bettzimmer (1 Etagenbett und 1 zusätzliches Einzelbett): Kosten: 280,- Euro pro Person.

Als 2 Bettzimmer buchbar: Kosten 320,- Euro pro Person.

Als Einzelzimmer möglich: Kosten 420,- Euro.

Zimmer: "Waldesruh" mit eigenem Badezimmer.

Als Einzelzimmer buchbar: Kosten: 420,- Euro.

Auch als Doppelzimmer möglich (1 Bett, 140cm breit): Kosten: 250,- Euro pro Person.

Zimmer: "Hasenbach", teilt sich ein Bad mit dem Zimmer "Fuchsbau".

Als Einzelzimmer: Kosten: 360,- Euro.

Zimmer: "Fuchsbau", teilt sich ein Bad mit dem Zimmer "Hasenbach".

Als Einzelzimmer: Kosten: 340,- Euro.

Zimmer: "Entenhaus" mit eigenem Badezimmer.

Als Doppelzimmer mit Bad und Balkon, 2 Einzelbetten als eine Art Hochbett aufgestellt.

Kosten: pro Person 370,- Euro.

Als Einzelzimmer: Kosten 440,- Euro.

Zimmer: "Wasserfall" mit eigenem Badezimmer und Balkon.

Als Einzelzimmer buchbar: Kosten: 440,- Euro

Als Doppelzimmer möglich (1 Bett, 140cm breit). Kosten: 290,- Euro pro Person.

Beispielrechnungen zum besseren Verständnis :-)

Einzelperson bucht das Zimmer "Waldesruh", Kosten Aufenthalt (420,- Euro) + Kursgebühr (280,- Euro) und Wäsche (10,- Euro, werden vor Ort bar bezahlt). Die Seminar - Gesamtkosten betragen dann 710,- Euro. (Überweisungsbetrag wäre dann 700,- Euro, die 10,- Euro für die Bettwäsche/Handtuch bitte bar vor Ort an Susanne zahlen.)

Einzelperson bucht einen Platz im 3 Bett-Zimmer "Wildwechsel", Kosten Aufenthalt (280,- Euro) + Kursgebühr (280,- Euro), ohne Wäsche. Die Seminar - Gesamtkosten betragen dann 560,- Euro.

2 Personen möchten an dem Kurs teilnehmen, sie buchen das Zimmer "Wasserfall" (2 x 290,- Euro) + Kursgebühr (2 x 280,- Euro) und Wäsche (2 x 10,- Euro, werden vor Ort bar bezahlt). Die Seminar - Gesamtkosten betragen insgesamt 1160,- Euro (oder pro Person 580,- Euro).