



# Sternentaler

## Zeit für sich

### Ein Meditationswochenende am Plöner See

24. – 26. April 2009

Zur Ruhe kommen, bei sich ankommen, Entlastung und Stärkung finden.

Geführte und sanfte Meditationen mit verschiedenen Schwerpunkten bieten Ihnen die Möglichkeit, wieder mit neuer Kraft in den Alltag zu gehen.

Wir werden die Körperwahrnehmung, Bewegungen, Stimme, äußere und innere Bilder nutzen, wobei immer wieder eine stärkende Verbindung zur Erde gefördert werden soll.

Dieses Seminar ist für Einsteiger und Meditationserfahrene geeignet, da wir die Möglichkeit haben, uns individuell auf die Anliegen der Teilnehmer einzustellen.

Die Meditationen sind nicht an eine bestimmte Schule oder Weltanschauung gebunden, unser Maßstab soll das eigene Wohlfühl sein.



Seminarleitung:

Thomas Vagedes, Dipl. Sozialpädagoge, Mediator, Dipl. Volkswirt, Sternentaler Verlag.

Monika Mersch, gelernte Kinderkrankenschwester, spirituelle Heilarbeit seit 1987, Autorin: „Flüstern der Seele“, empfohlen von der Internationalen Vermittlungsstelle für herausragende Heiler.

Damit Sie auch das schöne Ambiente genießen können, haben wir die Seminareinheiten auf vier Mal zwei Stunden verteilt. Falls vorhanden, bringen Sie gerne Ihr Meditationskissen, Ihre Yogamatte oder Ihre Lieblingsdecke mit.

Beginn: Freitag 16.00 Uhr, Abschluss: Sonntag mittags ca. 14.00 Uhr

#### **Folgende Leistungen erhalten Sie zusätzlich zum Meditationswochenende:**

- 2 Übernachtungen im Suitenappartement mit direktem Seeblick,
- reichhaltiges Frühstücksbuffet, Mittag- und Abendessen
- frisch gepresster Saft vor dem Mittag- und Abendessen
- kleiner Snack am Nachmittag
- Wasser und Tees während des Aufenthaltes
- Bereitgelegter Bademantel im Zimmer
- Nutzung Schwimmbad und Sauna

Preis pro Person im Doppelzimmer: € 395,-

Preis pro Person im Einzelzimmer: € 445,-

Anmeldung: Seehotel Dreiklang; Tel.: 04526 - 33 90-0 oder:

[info@seehotel-dreiklang.de](mailto:info@seehotel-dreiklang.de)