



Chancen-Manufaktur

Anmeldung & Anfahrt

Hiermit melde ich mich verbindlich an / Name und Adresse /
Telefon / E-Mail:

.....
.....
.....

Kurs Paare, Kost und Logis:

Donnerstag 16.06. / 16:00 bis Sonntag 22.06.25 / 13:00

Schloss Hirschberg, Hirschberg 70, 92339 Beilngries

Kosten: 1490,- € für beide, Zahlung fällig 4 Wochen im Voraus.

Zu zahlen an Konto: DE 07 7214 0052 0501 2554 00

Datum / Unterschrift:

.....

Heika Bialas

Ingolstädter Straße 72
85080 Gaimersheim

0170 - 549 1859
h.bialas@seelen-fluegel.net

www.seelen-fluegel.net
Chancen-Manufaktur



Wir freuen uns auf die Zeit mit Euch!

Wanderführer Tom, die Natur, Chancen-Manufaktur mit Heika Bialas,
Systemische Therapeutin, Entspannungs - Therapeutin und Saranda
Oblinger Sozialpädagogin, Systemische Therapeutin



Paarzeit ,und Achtsamkeit

Achtsamkeit für Paare
Kurs vom 19. bis 22.06.2025

**Paar sein & Paar bleiben
mit Achtsamkeit**



In unserem Achtsamkeitsseminar für Paare
entdecken Sie, wie Sie Ihre Beziehung stärken u.
vertiefen können.

Durch gezielte Übungen und Reflexion lernen Sie,
Achtsamkeit u. Kommunikation im Alltag zu
integrieren, um das Miteinander bewusster zu
gestalten.

Gemeinsam schaffen Sie Raum für Liebe,
Verständnis und Wachstum.

Seien Sie dabei und investieren Sie in Ihre
Partnerschaft

Unser Plan:

19.06. Start: Ankunft um 13:00 Schloss Hirschberg, Zimmer beziehen 16:00 Willkommen, Join-up, Eisbrecher & Ankommen. Abendessen 18:00. 19:00 Themen & Ziele, Einstieg in systemische Übungen, Achtsamkeit u. Kommunikation.

20.06. Start: Frühstück um 8:00 Uhr, Wanderung mit Übungen und Aufgaben zu unseren Themen. Mittagessen unterwegs (da zahlt jeder seins). Zurück, Kaffee und Imbiss. Rückschau, Aufstellungsarbeit. Abendessen 18:00, 19:00 Workshop Unterschiede, Ausklang 22:00.

22.06. Start: Frühstück 8:00, 9:00 - 12:00 Seminar, 13:00 draußen, 14:30 Kaffee, 15:00 Entspannung, Seminar, 18:00 Abendessen, 19:00 Aufstellungen, Zukunftsvisionen

22.06. Start: Entspannung um 8:00 Uhr, Frühstück um 9:00, 10:00 Rückschau, Fragen, Feedback, Abschied.

Heika Bialas

Ingolstädter Straße 72
85080 Gaimersheim

0170 - 549 1859
h.bialas@seelen-fluegel.net

www.seelen-fluegel.net
Chancen - Manufaktur

**Kommunikation • Rollen & Werte • Unterschiede
• Vergangenheitsbewältigung u. a.**

- Kommunikation in der Partnerschaft / Techniken und Übungen
- Werte und Überzeugungen / Eigene Werte erkennen, gemeinsame Werte entwickeln.
- Umgang mit Unterscheiden / Strategien zur Konfliktlösung, Umgang mit verschiedenen Meinungen und Ansichten ...
- Vergangenheitsbewältigung / Aufstellungsarbeit, Werkzeuge zur Verarbeitung, Raum für gegenseitiges Verständnis u. Mitgefühl
- Zukunftsvisionen / gem. Ziele und Träume entwickeln

Paarzeit ,und Achtsamkeit



Saranda Oblinger
Schönblickstr. 1
85120 Hepberg
0152 56312735

Heika Bialas
Ingolstädter Straße 72
85080 Gaimersheim
0170 - 549 1859

Achtsamkeit für Paare
Kurs vom 19. bis 22.06.2025

Bitte einpacken:

Hausschuhe, Wanderbekleidung, Wanderschuhe, Wanderrucksack.

Bequeme Kleidung auch für Yoga und Entspannung.

Wer hat: Yogamatte, Decke und Kissen

Bringt Eure Fragen und Wünsche, Freude am gemeinsamen Arbeiten und Wanderlust mit.

Wir freuen uns auf Euch

*Tom Edlich, Saranda Oblinger
& Heika Bialas*