

DIE ENTWURZELUNG IST BEI  
WEITEM  
DIE GEFÄHRLICHSTE  
KRANKHEIT  
DER MENSCHLICHEN  
GESELLSCHAFT.  
WER ENTWURZELT IST,  
ENTWURZELT.  
WER VERWURZELT IST,  
ENTWURZELT NICHT.  
DIE VERWURZELUNG IST  
VIELLEICHT  
DAS WICHTIGSTE UND  
MEISTVERKANNT  
BEDÜRFNIS DER  
MENSCHLICHEN SEELE.

(SIMONE WEIL)

Wochenendseminare

# Wurzeln, die mich tragen

Zentrum „In BeWEGung kommen“

Barbara Hundshammer  
Schlesierstr. 30  
82110 Germering  
Tel: 089 / 840 34 68  
Fax: 089 / 89 40 48 65  
E-Mail: [bahu@zibko.de](mailto:bahu@zibko.de)  
Internet: <http://www.zibko.de>

Ressourcen  
für Zeiten des Wandels

## Wurzeln, die mich tragen

Zeiten rascher Änderung, persönlicher Krisen sowie globaler Umbrüche fordern uns heraus!

In dieser Seminarreihe erforschen wir:

- wie ich im Auf und Ab des Lebens in meiner Mitte bleiben kann
- was auch in stürmischen Zeiten Halt gibt
- wie ich tragfähige Beziehungen aufbauen kann
- was gegen Lähmung und Panik hilft
- wie sinnvolle Trauer um das Alte Kraft für den Neubeginn eröffnet
- welche Ressourcen mir zur Verfügung stehen und wie ich auch in Belastungssituationen Lebensfreude finden kann

Unser Körper als lebendiger Teil eines lebendigen Planeten ist im ständigen Fluß der Veränderung. Seine Wandlungsfähigkeit und sein Verbundensein mit dem Netz des Lebens sind unsere wertvollsten Ressourcen. Diese Kraftquellen – unsere „Wurzeln“ - entdecken und stärken wir in den 3 Seminaren durch Bewegung, Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen, Rituale, Partner- und Gruppenarbeit und Elementen aus der „work that reconnects“.

Die Seminarreihe dient sowohl der eigenen Persönlichkeitsentfaltung als auch zur Weiterbildung für alle, die andere Menschen in Transformationsprozessen begleiten (möchten).

**Es gibt ein ausführliches Kursscript.**

## TERMINE

**Verwurzelt sein mit mir selbst**

(Wochenende 1)

**21./22.1.2012**

**Verwurzelt sein mit anderen Menschen**

(Wochenende 2)

**17./18.3.2012**

**Verwurzelt sein mit dem Netz des Lebens**

(Wochenende 3)

**12./13.5.2012**

**Zeit:**

Samstag und Sonntag jeweils **9:30 - 18:00 Uhr**

## LEITUNG

**Barbara Hundshammer**

Dipl.Tanztherapeutin, Seminarleiterin für „the work that reconnects“ nach Joanna Macy

## ORT

**Wochenende 1:**

Studio Moving point, Fraunhoferstr. 23 h  
(5 Min. per U-Bahn vom Hbf München)

**Wochenende 2 + 3:**

Haidhauser Schule für Musik und Tanz  
Orleansstr. 51, München  
(direkt gegenüber dem Ostbahnhof München!)

## KOSTEN

Alle 3 Wochenenden, je WoE **150,- €**

Teilnahme an 2 Wochenenden,

je Wochenende:

**160,- €**

Teilnahme an einem Wochenende:

**180,- €**

*Rabatt für Wiederholerinnen, die bereits 2010 teilgenommen haben!*