

KRAFT VON INNEN

Veranstaltungsreihe
zum Thema persönliche
Balance organisiert von
www.dasblauezimmer.ch

Das Blaue Zimmer



MAI - SEPT 2022

Mein Körper ist ein Wunderwerk. Durch die Balance zwischen Anspannung und Entspannung vermag er viel zu leisten. Wie kann ich ihn dabei unterstützen? Höre ich seine Signale? Kenne ich liebevolle Wege des Loslassens, des Leerwerdens und das Sein in Klarheit und Verbundenheit? In 11 Veranstaltungen zeigen erfahrene Praktiker*innen ihren Zugang zur inneren Kraft und laden zum selbständigen Anwenden ein – vor Ort und in Gruppenkursen in der Region. Herzlich willkommen zum Inspirationsbuffet der Selbstwirksamkeit! [Andrea Saladin, Das Blaue Zimmer](#)

01

Freitag, 20. Mai, 19 Uhr
Spielerisches Navigieren im Land
der Gefühle mit Manouk Fiechter

02

Donnerstag, 9. Juni, 20 Uhr
Six Steps – mentale Schritte zum
inneren Frieden mit Andrea Saladin

03

Mittwoch, 15. Juni, 20 Uhr
Der Menstruationszyklus - Die
Weisheit des weiblichen Körpers
mit Josianne von Quittenduft

04

Freitag, 24. Juni, 19 Uhr
Verbunden durch gemeinsame
Jahreskreisfeste mit Nina Hemmi

05

Donnerstag, 30. Juni, 20 Uhr
Der Atem – der grosse Heiler mit
Mark und Simone Schaffner

06

Freitag, 19. August, 19 Uhr /
Samstag, 20. August, 9 – 18 Uhr
Die Weisheit der Natur als Lebens-
kompass mit Simone Gantner und
Yasmine El-Aghar

07

Donnerstag, 25. August, 20 Uhr
5Rhythmen - Tanz für Körper, Kopf,
Herz und Seele mit Franziska Lanz

08

Freitag, 2. September, 19.30 Uhr
Meditation – Verbindung mit der in-
neren Quelle mit Silvia Siegenthaler

09

Donnerstag, 8. September, 20 Uhr
CANTIENICA® - Haltung aus
dem tiefsten Körperinneren mit
Susanne Brodbeck

10

Mittwoch, 14. September, 20 Uhr
Fasten – Reinigung für Körper, Geist
und Seele mit Martin Zihlmann

11

Donnertsag, 22. September, 20 Uhr
TRE®- Stress lösen durch neuroge-
nes Zittern mit Monica Weber

Die Veranstaltungen lassen sich einzeln oder
kombiniert besuchen. Da die Teilnehmerzahl
beschränkt ist, wird eine Anmeldung empfohlen
unter andrea@dasblauezimmer.ch

Ort: Das Blaue Zimmer, Neumattstrasse 6 in
Sissach oder gemäss Angabe auf der Webseite.
Ausgleich: CHF 35 pro Abend / CHF 150 für
den Waldtag. Weitere Infos und Aktualisierun-
gen unter www.dasblauezimmer.ch