



Ruhepol Pferd – die innere Mitte finden

Fühlen Sie sich oft gestresst und finden nicht zur Ruhe?

Durch verschiedene Einheiten lernen Sie sich und Ihre Bedürfnisse besser kennen und können Ihren eigenen Weg aus dem „Stresskreislauf“ finden. Selbstwahrnehmung und Achtsamkeit werden dazu wichtige Elemente sein.

Am Ende des Kurses werden Sie zwar noch nicht am Ziel sein, aber am Anfang einer neuen Wege; die Pferde werden Sie dabei unterstützen den ersten Schritt zu machen.

Es sind keine Vorkenntnisse im Reiten oder im Umgang mit Pferden notwendig (es wird nicht geritten).

Das Seminar findet auch im Freien statt. Bitte (bequeme) Outdoorkleidung und feste Schuhe mitbringen.

Die max. Teilnehmerzahl liegt bei 4 Teilnehmern damit eine individuelle Betreuung gegeben ist.

6 Termine a 1-1,5 Std. (je nach Teilnehmerzahl)

Termine (immer mittwochs): 28.05/04.06/25.06/26.06/02.07/09.07/30.07

Uhrzeit: 18.00 Uhr

Teilnehmergebühr: 175 €

Ort: Schlupfen (bei Ebenweiler)

Hier geht es zur [Anmeldung](#)
(bitte anklicken oder QR Code Scannen)

