



Ich bin – Erneuerung und Leben

Stimme – Bewegung – Entspannung - Meditation

Fr, 16. Oktober 2026, 18 Uhr bis
So, 18. Oktober 2026, 13.30 Uhr



Inhalt

Leben bedeutet sich einlassen auf einen immerwährenden Wandlungs- und Erneuerungsprozess. Dies ist Herausforderung und Geschenk zugleich. In diesem Seminar wollen wir die nächsten Schritte gehen hin zu unserem Wahren Selbst, unserem ursprünglichen göttlichen Wesen. Mit Bewegungs- und Entspannungsübungen, sowie dem Tönen von Vokalen und Silben aktivieren wir die fließende und schwingende Kraft in uns. Spannungen und Blockaden werden auf diese Weise losgelassen.

Kursleitung

Stefanie Schmid, Lehrerin der Selbstkraftquelle Methode, Stimm- & Körperarbeit

Kurskosten

CHF 360 plus Pension

Pensionskosten

Essen – Schlafen
Rabatt von CHF 15 pro Person und Nacht auf die Pensionskosten, bei Buchung zwei Monaten vor Kursbeginn.
Ermässigung der Kurskosten für Kultur-Legi-Nutzende.



Kursanmeldung

Mattli Antoniushaus
Seminar- und Bildungszentrum
Mattlistrasse 10
6443 Morschach
www.antoniushaus.ch
info@antoniushaus.ch

