

# VERBUNDENHEIT

In Kontakt kommen – mit Qi Gong und Pferden zu sich selbst



**Seminar am 7.10.2023, 9:00 bis 17:00 Uhr**

**„Wenn man die Ruhe nicht in sich selbst findet, ist es vergeblich, sie anderswo zu suchen“**  
(Francois de la Rochefoucauld)

Verbundenheit ist das, was alle Menschen kennen. Die erste Erfahrung im Mutterleib ist tiefste Verbundenheit. Und doch tun wir uns oft so schwer damit, in Verbundenheit mit uns selbst und unserer Umwelt zu leben. Je besser wir mit uns selbst verbunden sind, desto besser können wir mit unserer Umwelt in Kontakt kommen.

Pferde sind ideale Ratgeber zum Thema Kontakt, denn als Flucht- und Herdentiere sind sie als einfühlsame, tierische Begleiter Experten zu diesem Thema. In unserem Seminar wechselt sich der Kontakt zu Pferden mit Kontakt zu uns selbst ab und dabei erfahren wir, wie die scheinbar unterschiedlichen Themen eins sind. Den Kontakt zu uns selbst stellen wir durch sanfte und kraftvolle Übungen aus dem Qi Gong her. Qi Gong umfasst eine Fülle von unterschiedlichen Übungsformen und besteht aus Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsformen. Die Vielfalt in diesem Bereich bündelt sich allerdings in einer Gemeinsamkeit: Körper, Geist und Seele werden in ihrem Zusammenspiel gesehen. Qi Gong wirkt positiv auf den Körper und auf die psychische Gestimmtheit und kann praktisch in jedem Alter ausgeführt und auch ohne Vorerfahrung ausgeführt werden, da es keine besondere Grundfitness voraussetzt und keine große Kraftanstrengung benötigt.

**Seminargebühr:**

inkl. Begrüßungskaffee/-tee, Getränke, Mittagessen und Nachmittagskaffee/-tee: 179.- Euro.

**Seminarleitung:**

Karin Rauscher

ist Islandpferde-Trainerin und CenteredRiding-Lehrerin.

Sie liebt es, den Menschen die Pferdesprache zu vermitteln und sie in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu fördern.

Das Pferd ist dabei ein hilfreicher Partner. Es ist wie ein Spiegel des Menschen: es spiegelt sein Temperament und seine inneren Schwankungen.

Tel: +49 171 6180361, [www.windwiesenhof.de](http://www.windwiesenhof.de)

Manfred Speckert

ist Diplom-Volkswirt, Lehrbeauftragter, Autor, Gestalt-Coach und Qi Gong-Instructor. Er liebt es, eine Sache nach der anderen zu tun und vermittelt diesen Luxus gerne an andere Menschen - als eine Möglichkeit des bei-sich-selbst-ankommens.

Tel: +49 163 7649114, [www.speckert-online.de](http://www.speckert-online.de)



**Anmeldung bis 02.10.2023**