



Awake your inner Beauty Retreat Sardinien Oktober 2022



Sonntag 9. Oktober

Anreisetag in Eigenregie 16 bis 18 Uhr -
Abendessen 18 Uhr 19 Uhr Empfangsrunde und
Vorstellung der Woche

Montag 10. Oktober Element Erde

7.00 - 8.00 Uhr YinYoga - Erwecke deine innere Frau
als Archetyp
9.00-11.00 Uhr Vorstellungsrunde mit Speed-
Dating (locker, leicht, humorvoll),
11 Uhr Brunch/Lunch
13.00 -18.00 Uhr Verbindung zu deiner Gebärmutter,
Schösse, Wurzelchakren und Herzen über Joining,
Verkörperung (Wissen und praktischer Umgang,
Aufstellungsarbeit, Heilung der weiblichen Wunden)
18.00 Abendessen
21 Uhr Meditation/Tanz

Dienstag 11. Oktober Element Wasser

7.00- 11.00 Uhr Ausflug zum Frauentempel mit Ritual
für die Ahnen und Frauen. Im Kreis geht niemand
verloren. Schwesternschaft fühlbar und erlebbar.
11 Uhr Brunch/Lunch
14 Uhr Ausflug zur Quelle, Meditation mit
Wassergöttin, Integration Element Wasser
19 Uhr Abendessen

Mittwoch 12. Oktober Element Feuer

7.00 - 8.00 Uhr Yoga Schüttelmeditation
9.00 - 11 Uhr Aufstellungsarbeit zu Aspekten der
Mutter (Erdmutter, Innere Mutter, eigene Mutter,
Mütterlichkeit, Versorgen)
11.00 Uhr Brunch
14.30 - 17 Uhr Ahnenarbeit mit Aufstellungselementen
in Gruppe,
zu Zweit oder Dritt
17-19.00 Uhr Freiraum,
19.00 Uhr Abendessen
21 Uhr Tanz dich frei

Donnerstag 13. Oktober Element Luft

7.00 - 8 .00 Uhr Yoga - Stillemeditation
9.00 - 11.00 Uhr Busenzeit
(Selbstmassage), weibliche Sexualität,
Einführung Yoni-Ei (eigenes Ei mitbringen
oder käuflich bei uns zu erwerben)
11.00 Uhr Brunch/Lunch
13.00 - 14.30 Uhr Einführung Yoni-Ei (eigenes Ei
mitbringen oder käuflich bei uns zu erwerben)
15.00 - 18 Uhr Zeit am Meer - Wasserelement -
Reinigungsritual - Verbindung zur Kraft des Meeres
18.00 Uhr Abendessen - Freiraum
20.00 Uhr Im Kreis von Frauen - Initiation in die Isis-
Kraft-Priesterschaft, Lichtcodes, Horus-Energie

Freitag 14. Oktober Element Raum

7.00 - 8.00 Uhr Yoga - Stille - Tönen- Meditatives
Gehen
9.00- 11.00 Uhr Mit allen Sinnen: Düfte, Räuchern,
Rituale, Selbstmassage
11 Uhr Brunch/Lunch
14.30 - 17 Uhr Gebärmuttermeditation, -Reinigung,
Tönen - Kraft der Stimme, Zusammenhang
Muttermund- Kehle, Lass deine Yoni sprechen.
17.00 - 19.30 Uhr Abendessen. Freiraum 20 Uhr Im
Kreis von Frauen - Abschlusskreis - Was habe ich
gewonnen, wie beschenkt und reich erfüllt bin ich
nach den intensiven Tagen? Neuausrichtung.
Ausdehnung. Frau-Sein in Verbundenheit

Abschlussfest

Samstag 15. Oktober

7 .00- 8.00 Uhr Yoga- Meditation - Stille - Integration
- Ausdehnung
Check- out 10.30 Uhr
Verabschiedung und Abreise

**All inklusive ab 1999,- Euro Frühbucher bis zum 30.07.2022
zuzüglich Anreise danach 2199,- Euro**