

3-dages SENSOMMER-KURSUS



*Har du lyst til at bruge
nogle dage på
din egen personlige
udvikling ???*



Kursusindhold:

- kropsbevidsthed*
- åndedrætsøvelser*
- meditation*
- kontaktformer*
- udtryksmåder*
- nonverbal
kommunikation*

Personlig udvikling:

*Psykoterapi
Hestetterapi*

*Vi bruger hestene til at
anskueliggøre de forskellige
temaer, og arbejder
terapeutisk ud fra hver
enkelt deltagers behov.*

Tidspunkt:

Uge 35

Fra Fredag d. 2.-9. kl. 8
til Søndag d. 4.-9. kl. 17

Overnatning:

foregår i teltlejr, der er
dog mulighed for at
overnatte indendørs

Maden:

Laver vi sammen af
friske råvarer.

Aftenhygge ved bålet
og mulighed for
aftenrideture og
meditation i naturen

Hvem er vi ???



Martin Frydenlund
Psykoterapeut
og Billedkunstner
www.gestalt-livskvalitet.dk



Lene Frickmann:
Rideterapeut og
Billedkunstner

Hvor foregår det ???

I den vestfynske natur på et
husmandssted med dyr.
På Vistorpvej 29, Søllested 5620
Glamsbjerg



Sådan melder du dig til:

Martin Frydenlund 21451871
Lene Frickmann 24829423

Du er velkommen til at ringe og
få yderligere information

Hvad koster det ??

2100,- kr alt incl.
(500 ved tilmelding, resten
senest 1 uge inden kursusstart.)