

Wochenende

29. – 31. Mai 2026

Beginn: Freitag 17:00 Uhr

Ende: Sonntag 14:00 Uhr

Kosten:

Seminar: 350 € incl. Material

2 Übernachtungen & Vollverpflegung:

EZ 212 € | DZ 187 € | MZ 152 €

Kursleitung:

Sabine Dietrich MSc Psych · HP

Sabine Südmeyer Tonkunst · Dipl. Ing

Anmeldung & Information

sabinesuedmeyer@gmx.de



**Kulturzentrum
Wilde Rose e.V.**

Borgholzhausener Str. 75
49324 Melle
www.wilde-rose.com



Berühren. Spüren. Entwickeln.

Ein Wochenende zum Innehalten,
Gestalten und Ankommen
bei dir selbst – mit Ton und Natur



Wenn deine Hände die Erde berühren, beginnt etwas Neues Gestalt anzunehmen in dir und um dich herum.



Nimm für ein Wochenende eine Auszeit von deinem Alltag. Gemeinsam mit anderen Teilnehmenden tauchst du ein in die Arbeit mit Ton: deine Hände berühren die Erde, Formen entstehen, Wandlungen werden sichtbar. Während du gestaltest, entdeckst du innere Ressourcen, löst Anspannungen und stärkst deine Resilienz, um Neues zu entwickeln, nicht nur mit dem Ton, sondern auch in deinem Selbst.

Was dich erwartet:



- Intuitives Arbeiten mit Ton
freies Gestalten, Gefäße, Figuren
- Begleitete Gespräche mit neuen Perspektiven für deine SelbstEntwicklung
- Meditationen & leichte Körperübungen in der Natur
- Ein gemeinsames Abschlussritual mit den entstandenen Werken
- Ein Seminarhaus in der Natur, vegetarische Vollverpflegung, viel Spaß & Entspannung



Wir begleiten dich dabei:

Sabine Dietrich –SelbstEntwicklung

Anleitung und Inspiration zum bewussten Entdecken und Entwickeln deines Selbst – für innere Stärke und neue Sichtweisen auf deine Herausforderungen.

Sabine Südmeyer - Tonkunst

Anleitung und Inspiration zum intuitiven Formen und Gestalten mit Ton

