



Natur Tanz Verbindung

Retreat in den Vogesen
4. - 7. September 2025

In diesen Tagen Anfang September laden wir zu einer Entdeckungsreise zu unserer inneren und zur äußeren Natur ein, zu unserem Leib und innerem Empfinden. Das Retreat ist für alle, die Lust haben auf **Leichtigkeit und Freude in der Bewegung, auf Verbundenheit und Ankommen, auf mehr Regulation und Lebendigkeit**. Es gibt Raum, das eigene Bewegungspotential zu erweitern, das eigene Sein und das uns umgebende Leben zu spüren und damit uns selbst neu zu erleben. Wir finden Verbindungen zwischen Körper und Geist und öffnen uns auch der spirituellen Dimension.

In der Praxis sieht es so aus:

- viel Zeit für Wahrnehmung
- Körperreisen anhand anatomischer Bilder
- freies Bewegen und Tanzen
- Unterstützung durch achtsame Berührung und Austausch
- Naturerfahrung, viel draußen sein.

Einen besonderen Fokus legen wir in diesen Tagen auf **Botenstoffe in Körper und Natur**. Sie steuern gemeinsam mit dem Nervensystem die körperlichen Vorgänge und hinterliegen der Intuition, einer feinen Wahrnehmung und der **Verbindung mit dem Lebendigen**. Mit Bewegung, Tanz, Visualisierung und Berührung erforschen wir unseren **Körper und die Natur als lebendiges Zuhause**.

Wir, Sibylle und Bettina, bringen Elemente aus der **Embodiment-Praxis**, dem **Body-Mind-Centering®** und der **Systemik** ein.

Ein **wunderschöner Ort in den Nordvogesen** mit Bächen, Wäldern, Wiesen und Badeteich schenkt uns den Raum dafür. **Gemeinsam singen, Lagerfeuer, Baden im nahen Teich und einfach Sein in der Natur** runden die Tage ab.



Ecolieu Langenberg

Wann: 4. September 2025, 14.00 Uhr, bis 7. September, 14.00 Uhr

Der Ort: Wald und Wiesen rund um das ökologische Gemeinschaftsprojekt Ecolieu Schloss Langenberg, Wissembourg. Wunderschöne Wälder, eigener Badeteich. www.ecolieu-langenberg.eu Abholung ab Bahnhof Wissembourg ist möglich.

Verpflegung: Wir werden von der Gemeinschaft mit gutem Bio-Essen frisch bekocht, teils mit Gemüse aus dem eigenen Garten.

Ausstattung: Einfach und erdverbunden mit Draußen-Dusche, Komposttoiletten und Lagerfeuer. Sternenhimmel und Ruhe.

Gruppe: Überschaubar bis maximal 25 Teilnehmende

Kosten:

- Seminargebühr: 150 – 210 Euro Frühbucher bei Anmeldung bis 4. Mai. Danach 180 – 240 Euro. Nach Selbsteinschätzung.
- Vollverpflegung und Ort: 90 Euro insgesamt
- Übernachtung: 15 €/Nacht im eigenen Zelt im Waldcamp, 20 €/N im eigenen Camper, 25 €/N im Schlafsaal, 35 €/N im Tinyhouse, 55 €/N im EZ oder 65 € als DZ im neugebauten Stroh-Lehm-Holz-Haus (Badezimmer mit einer Bewohnerin)
- 50 Euro Anzahlung bei Anmeldung

Geld soll kein Hinderungsgrund sein. Es gibt auch vergünstigte Helfer*innenplätze. Komm auf uns zu!

Anmeldung bis zum 21. August

bei Sibylle: 0049 151 40122671, sibylle.wiesemann@gmx.de

Zu uns:

Sibylle Wiesemann: Somatic-Movement-Educator nach Body-Mind-Centering. Erfahrung in Bewegungskünsten wie Contact Improvisation, Yoga und Kampfkunst. Raum- und Umweltplanerin.

Bettina Schroeder: Freie Pädagogin und Systemische Therapeutin. Schwerpunkte sind Aufstellungsarbeit, natürliche Lernmethoden und Kreiskultur. Schamanisches Trommeln und Singen, Feuer-Frau und Bäume-Fan.

Wir leben beide im Ecolieu Langenberg und sind leidenschaftlich gern hier in der Natur.



Wir freuen
uns auf
dich!