



Das Kosmische Uhrwerk

Eine Wanderwoche im Elbsandstein-Gebirge

06.09. – 11.09. 2015

Seminarleitung: Kathrin Heinicke & Heike Welzel

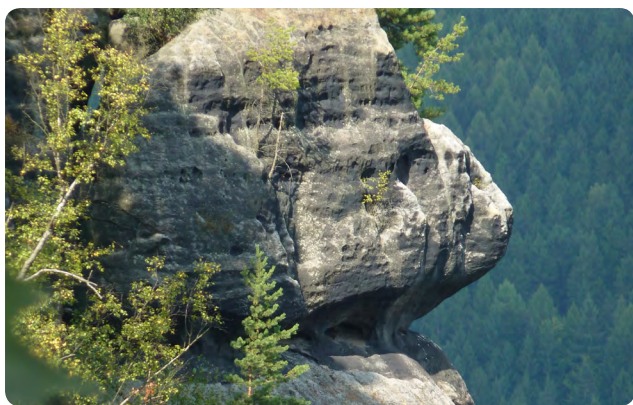
Mit dieser Wanderwoche bringen wir Schwung, Genuss und grüne Aussichten in die späte Sommerzeit und wandern täglich 10-12 km durch die Felsformationen der Sächsischen Schweiz mit ihrem ganz besonderen weiblichen Charme. Unsere Pension, die Schrammsteinbaude, verwöhnt uns täglich mit schmackhaften veganen oder vegetarischen Mahlzeiten.

Im Abendprogramm beschäftigen wir uns mit dem Thema Zeit, erforschen ein einfaches Uhrwerk und erstellen für jeden Teilnehmer einen astrologischen Sonnenkalender. Ein Sonnenkalender berechnet sich auf der Basis des Geburtshoroskops und zeigt den Lauf der Sonne für das ganze Jahr an. Wie durch ein Vergrößerungsglas können wir im Sonnenkalender ablesen, wann welcher Lebensbereich für uns betont ist, in die Mitte rückt und gelebt werden will. Wir kommen einem persönlichen Rhythmus auf die Spur, der jedes Jahr aufs Neue verwendet werden kann: für Zeiten der Urlaubsplanung und Gesundheitsvorsorge, für Familientreffen und berufliche Vorhaben, für Zeiten der Einkehr und Stille u.v.m.

Zu den Zielen unserer Wanderungen gehören die Schrammsteinaussicht, das Kirnitzschtal, der Ort Ostrau, die Hohe Liebe und der Pfaffenstein. Tagsüber zeigen wir Aussichten und am Abend vermitteln wir Einsichten.

**5-tägiges Wander-Seminar mit ganzheitlichem Abendprogramm
inkl. Übernachtung mit veganer oder vegetarischer Halbpension
in der Pension Schrammsteinbaude ab 485 €**

www.schrammsteinbaude.de



- Kursort:** Pension Schrammsteinbaude
www.schrammsteinbaude.de
- Kursbeginn:** Sonntag, 06.09.2015, um 18 Uhr
- Kursende:** Freitag, 11.09.2015 um 11 Uhr
- Kursgebühr** im DZ € 485 / DZ als EZ € 535
+ 1,50 € Kurtaxe am Tag

In der Kursgebühr enthalten sind:

- 5 Übernachtungen in der Pension Schrammsteinbaude mit wahlweise veganer oder vegetarischer Halbpension
- erweitertes Frühstück mit frisch gepresstem Obst-Gemüse Saft und Gemüseteller für die Gruppe
- Zwei-Gänge Abendmenü mit einem frischen Salat und einem Hauptgericht
- Täglich geführte Wanderungen durch die Sächsische Schweiz inkl. 1 l Wasser und Tee für die Wanderungen
- Einführung in den Tierkreis als Jahreskreis und Erstellen eines persönlichen Sonnenkalenders, sowie Hinweise für dessen Handhabung im Alltag
- 2 Filme und zwei Feldenkrais-Stunden

Alle Zimmer sind mit einem eigenen Bad mit Dusche und WC ausgestattet und verfügen über einen kostenlosen WLAN-Internetzugang und TV. Der hauseigene Parkplatz steht allen Gästen kostenfrei zur Verfügung. Für individuelle kulinarische Wünsche ist das Restaurant täglich bis 22 Uhr offen.

Die **Anreise** ist **ab 15 Uhr** möglich. Die **Abreise** erfolgt **bis 11 Uhr**. Das Gepäck kann bis zum Abend in der Schrammsteinbaude untergestellt werden. Eine Verlängerung des Aufenthaltes ist in Eigenregie auch bis Sonntag möglich.

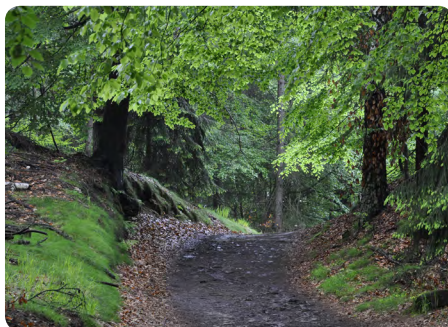
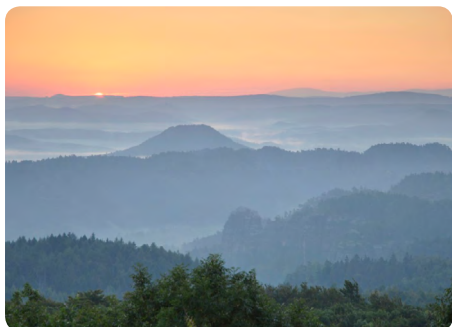
Die Teilnahme an diesem Seminar setzt eine gute Grundkondition und Trittsicherheit voraus. Nach Anmeldung erhalten Sie neben der Anmeldebestätigung detaillierte Hinweise zum Tagesablauf, zur Anfahrt und zu sinnvollen Wanderutensilien.

Kathrin Heinicke und **Heike Welzel** beschäftigen sich seit langem mit dem Thema Zeit.

Als Astrologin befasst sich Kathrin mit den planetaren Rhythmen unseres Sonnensystems, an denen gleichnishaft und wie in einem kosmischen Uhrwerk die Qualität der Zeit abgelesen werden kann. www.urbild.de

Heike sorgt als angehende Uhrmacherin für die Quantität der Zeit und ihr zuverlässiges Vorschreiten in irdischen Uhrwerken.

Beides zusammen ermöglicht ein sich ergänzendes Zeitverständnis, was im alltäglichen Leben und auch für das Kennenlernen persönlicher Rhythmen eingesetzt werden kann.



Fotos: Heike Welzel

***Wir freuen uns auf eine gemeinsame Zeit
und stehen Ihnen bis dahin für persönliche Rückfragen gerne zur Verfügung.***

Anmeldung

bitte ausfüllen, unterschreiben und
per E-Mail oder Post schicken an:

Kathrin Heinicke
Spreestrasse 15
12555 Berlin

Tel.: 030.656 43 38
E-Mail: info@urbild.de



Wanderwoche im Elbsandstein-Gebirge

vom 06.09. bis 11.09.2015 in der Pension Schrammsteinbaude

Name: _____ Vorname: _____

Straße, Haus-Nr.: _____

PLZ: _____ Ort: _____

Geburts-Tag: _____

Telefon: _____ Mobil: _____

E-Mail: _____

Ich teile ein Doppelzimmer zusammen mit: _____

Ich nehme ein Doppelzimmer als Einzelzimmer

Die Kursgebühr beträgt **250,00 EUR** pro Person zzgl. Unterkunft und Verpflegung in der Pension Schrammsteinbaude entsprechend Ihres Zimmerwunsches. Bitte klären Sie im Vorfeld mit Ihrem behandelnden Arzt, ob eine Wanderwoche im Mittelgebirge und zwei Bewegungs-Lektionen mit der Feldenkrais-Methode für Sie in Frage kommen. Die Kursleitung kann Sie weder vor noch während der Seminarzeit medizinisch beraten und Risiken abschätzen.

Hiermit melde ich mich verbindlich an.

Die Teilnahmebedingungen sind mir bekannt und werden anerkannt.

Datum: _____ Unterschrift: _____

Teilnahmebedingungen / AGB

Anmeldung und Bestätigung

Nach Eingang der schriftlichen Anmeldung nehmen wir eine Buchung für den Kurs und für die Unterbringung vor. Die Teilnehmerin bzw. der Teilnehmer erhält eine schriftliche Bestätigung per E-Mail bzw. per Post. Damit ist die Anmeldung verbindlich.

Zahlungsweise

Die Zahlung der Kursgebühr ist bis drei Tage vor Kursbeginn an die Kursleiterin zu leisten. Eine Rechnung liegt dem Leitfaden bei, der vor Kursbeginn versandt wird. Die Unterkunft begleichen Sie vor Ort mit dem Hotel.

Die nachfolgenden Stornierungsbedingungen regeln das finanzielle Risiko zwischen uns und Ihnen, besonders dann, wenn Unvorhergesehenes zur Stornierung zwingt:

Rücktritt durch den Kursteilnehmer

Eine kostenlose Stornierung ist bis 6 Wochen vor Kursbeginn möglich. Der Rücktritt ist schriftlich zu erklären. Es gilt der Posteingang des Rücktritts. Danach werden folgende Stornierungskosten in Rechnung gestellt:

bis 29 Tage vor Kursbeginn 25 € Stornogebühr
28 -14 Tage vor Kursbeginn 50 % der Kursgebühr
13 - 0 Tage vor Kursbeginn 100 % der Kursgebühr

Bei Nichterscheinen oder bei Abbruch des Kurses werden 100 % der Kursgebühr fällig.

Bis zum Seminarbeginn kann ein angemeldeter Teilnehmer seine Rechte und Pflichten auf eine andere geeignete Ersatzperson übertragen. Die Übertragung ist der Veranstalterin schriftlich mitzuteilen.

Die Stornierungsbedingungen des Hotels entnehmen Sie bitte dessen AGBs.

Rücktritt durch den Veranstalter

Bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl kann der Kurs bis 10 Tage vor Beginn abgesagt werden. Im Falle von Krankheit der Kursleitung besteht ebenfalls kein Anspruch auf die Durchführung des Kurses. Alle bereits geleisteten Zahlungen werden voll zurückerstattet. Weitere Ansprüche entstehen daraus nicht.

Haftung

Jeder Teilnehmer erklärt durch seine Teilnahme, dass sein Gesundheitszustand die Teilnahme erlaubt; dass er selbst die volle Verantwortung für sein eigenes Handeln während der gesamten Veranstaltung (Seminar und Freizeit) trägt; und dass er den Veranstalter und seine Erfüllungsgehilfen von etwaigen Haftungsansprüchen freistellt.

Veranstalter/Kursleiterinnen

Kathrin Heinicke Spreestrasse 15 12555 Berlin	Heike Welzel St. Georgen Steige 71 75175 Pforzheim
---	--

Tel. 030-65 64 338 info@urbild.de	Tel. 07231-133 56 21 heikewelzel@gmx.de
--------------------------------------	--