

## **KURSUS: Roden af alt godt – Udvikling ”indefra og ud”**

### **KICK-START DIN VÆKST FRA RODEN... MED ET SOMMERKURSUS**

Dato: den 30.-31. juli 2012

Den landskendte stemme-terapeut, Birgit Lyng, afholder 2 dages sommerkursus på det smukke Helgenæs.

**Sted:** Strandgaarden, Esby Strandvej 8, Esby-Helgenæs, 8420 Knebel. [www.Strandgaarden.org](http://www.Strandgaarden.org)

Stedet er en smukt moderniseret strandgård beliggende 3 minutter fra en vidunderlig, uberørt, østvendt strand med bade- og bådbrø... du får det rene Kattegat at boltre dig samt ø-klima med masser af sol.

**Nøgleord & indhold:** Dit livstræ – fornyelse til din rod – overflod – kærlighed – rummelighed – personlig udvikling – vækst ”indefra og ud” – retræteagtig stilhed – sang (powersinging).

Ved hjælp af PowerDesignMetoden arbejder vi med nøgleordene, så du får din helt personlige ”udgave” af dem ud fra din livserfaring og livsforståelse. Vi vil meditere på dem, synge dem, fortælle ”eventyr” om dem, visualisere og sansede dem samt tegne dem i mini mandalas. Enkle kropsovelser føjes ind, og vekslen mellem det hele er til stor nytte og glæde. Stilhed & natur kommer til at fylde en del disse sommerkursusdage på Strandgaarden.

Glæd dig til ny indsigt og forøget energi til nye gennembrud, hvor det kort og godt drejer sig om kærlighed til og i livet. Både kursets indhold og stedet er ”håndplukket” til dig - til at styrke dig i din personlighed og i din udfoldelse samt bringe ro og ”musikalske bobler i blodet”.

**Praktiske oplysninger:** Kurset begynder mandag kl. 10-17 og fortsætter tirsdag kl. 10-16.

Mandag aften er du velkommen til at deltage i en åben meditation også på Strandgaarden.

Medbring farver og en bog eller en blok til egne noter og til mandala tegning.

**Pris** for kursus incl. mad (500 kr.) er **1200 kr.** samt følgende for overnatning:

- på enkeltværelse: 350 kr. (incl. sengelinned + håndklæder) eller

- på dobbeltværelse: 500 kr. (incl. sengelinned + håndklæder).

Du kan komme før mandag eller blive efter tirsdag og indlogere dig på din egen lille ferie med familien eller retræte med en ven eller veninde. Der er god plads og optimale feriemuligheder.

Eventuelle egne aftaler om længere ophold gør du med Ole Pedersen på tlf. 42251887.

**Tilmelding** foregår inden 19. juli ved at sende en mail til [bl@power-design.dk](mailto:bl@power-design.dk) (husk at oplyse om enkelt- eller dobbeltværelse). Herefter får du en faktura - også på mail. Når du har indbetalt det fakturerede beløb, får du bekræftet din tilmelding.

