

*Freitag, 24.11.23 - So, 26.11.23 im Gesundheitshaus am Wiehengebirge*

**„Deine innere Natur“**

*Wir bewegen und begegnen uns im mystischen Raum!  
Ein Herz erwärmendes und heilsames Wochenende mit  
Tänzen des Universellen Friedens, Mantren, Zikr & Meditation*



**Was Dich erwartet:**

**Freitag 19:00 – 21:00 Uhr:** Ablegen des Alltagsmantels, ein entspanntes Ankommen bei Dir, in Deinem Herzen, Deiner Seele, Deiner persönlichen Quelle, an einem wunderschön gelegenen Ort in der Natur und in der Gruppe, zum Wohlfühlen, tiefem Durchatmen, Singen, Besungen werden, Tanzen und zur Ruhe kommen.

**Samstag, 10:00 – 13:00 Uhr**

Kennenlernen und Vertiefen der Tänze des Universellen Friedens, Mantras, wertvolle Übungen und heilige Worte aus der Sufitradition und spezielle Übungen zur Entfaltung Deiner inneren Natur, zur Befreiung von verborgenen Ressourcen und zur Stärkung Deines Immunsystems für die Winterzeit, Singen & Sehspele zur Kräftigung Deiner Stimme und zur Verbesserung Deiner Sehfähigkeit.

**Samstag, 15:30 – 18:00 Uhr**

Tänze des Universellen Friedens, Kreistänze, Lieder und Tänze der Großen Mutter.

**Samstag, 19:00 – 21:00 Uhr**

Meditation

Tanz Zikr & Das Sufi Heilritual des Derwish Healing Order - offen für Gäste.

**Sonntag, 11:00 – 13:00 Uhr**

Singkreis und Tänze des universellen Friedens - offen für Gäste.

**Sonntag, 15:00 – 19:00 Uhr**

Einzelstunden für Gesang und Prana nach Absprache möglich



**Wer Dich freudig und liebevoll erwartet und begleitet:**

**Du, die Gruppe und ich, Soumaya Hiltmann** – Seelenbegleiterin, ausgebildete Sängerin, zertifizierte Pranaanwenderin, zertifizierte Tanzleiterin der Tänze des Universellen Friedens, Gesangslehrerin mit jahrzehntelanger Erfahrung in Gruppen- und Einzelarbeit!

Es sind keine Vorerfahrungen notwendig – Alle sind Herzlich Willkommen!

Maximal 12 Teilnehmer\*innen und Gäste mit Anmeldung



Energieausgleich:

Seminar für Freitag 19:00 Uhr – Sonntag, 13:00 Uhr: 220,- €

(Frühbucher\*innenrabatt, bei Anmeldung /& Überweisung bis 30.09.2023: 200,- €)

Bitte Anmeldung ausgefüllt und unterschrieben per Mail an [info@soumaya-hiltmann.com](mailto:info@soumaya-hiltmann.com)

Mehr Infos: [www.soumaya-hiltmann.com](http://www.soumaya-hiltmann.com)

**In Vorfreude auf eine bewegende Zeit mit Dir und euch!**

Herzlichste Grüße, Soumaya