

## **Urlaubs-Seminar mit Astrid Kuby**



**Montag, 11. – Freitag, 15. September 2023**

**St. Vigil in Enneberg, Südtirol**

**Spirit Dance® - In fünf Schritten zur Selbstheilung**

**Einstieg in den geistig-seelischen Transformationsprozess**

### **Astrid Kuby**

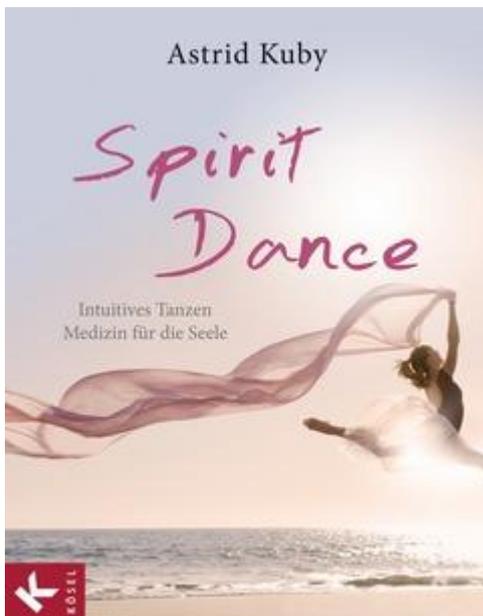


Als Referentin und Seminarleiterin gibt sie seit über zwanzig Jahren ihre Kenntnisse über Selbstheilungsprozesse in kompetenter, einfühlsamer und humorvoller Art an Menschen weiter, die gerne die Verantwortung für ihr Leben selbst übernehmen wollen. Sie

verbindet dabei Bewusstseinsarbeit mit heilsamem Tönen und intuitivem Tanzen.

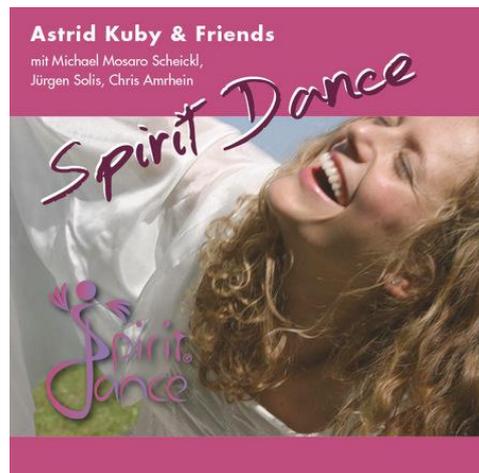
Die studierte Philosophin und Tanztherapeutin fand ihren Weg u.a. über ihre zehnjährige Zusammenarbeit mit ihrem damaligen Ehemann Clemens Kuby, mit dem sie eine internationale Selbstheilungsakademie gründete. Sie entwickelte die Selbstheilungsmethode *Spirit Dance*®, mit der sie seither erfolgreich arbeitet.

Vielen ist Astrid Kuby auch durch ihren musikalischen Erfolg, *Körperzellen Rock* bekannt, der als gute Laune Mantra zum Kultlied wurde (Text: „Jede Zelle meines Körpers ist glücklich“).



Sie ist außerdem Autorin von mehr als zwölf Fachbüchern und hat zwei Musikalben für ihre Arbeit herausgebracht.

[www.astridkuby.de](http://www.astridkuby.de)



*„Jeder Mensch kann sich selbst heilen, wenn er ein Bewusstsein für diesen natürlichen Herzens-Prozess entwickelt. Sobald wir uns als primär geistige Wesen sehen und die Hierarchie des Seins verstehen ist es leicht, uns selbst zu heilen und weiter zu entwickeln.“*

*Astrid Kuby*

## Seminarinhalt

Wenn Du das Gefühl hast, deinen Körper mehr spüren zu wollen, mehr Heilung, Freude, Sinnlichkeit und Leichtigkeit in Dein Leben zu lassen, ist dieses Seminar genau das Richtige für Dich. Was auch immer Du im Außen gerade erlebst und vorfindest, die Kraft der Selbstheilung schenkt dir ein unabhängiges, freies Lebensgefühl.

Das Seminar ist eine gute Einführung für alle, die sich konkret mit dem Phänomen Selbstheilung vertraut machen möchten und einen transformativen Prozess selbst erleben wollen. Das Seminar ist außerdem eine ausgezeichnete Fortbildung für diejenigen, die in einem Heilberuf arbeiten und vielleicht die Methode *Spirit Dance*® in ihre Arbeit integrieren wollen.

Die fünf Tage Selbsterfahrungs-Seminar sind inhaltlich sehr intensiv. In fünf Schritten kann jeder Teilnehmer ein selbst gewähltes Thema/Projekt nach der Methode *Spirit Dance*® bearbeiten und heilsam transformieren.

1. Das eigene Glaubenskonzept bewusst machen
2. Sich mit der unterbewussten, geistig-seelischen Ebene verbinden
3. Die Ursache für sein Thema ins Licht bringen (alte Wirklichkeit)
4. Stimmige Lösungen finden, Emotionen harmonisieren (neue Wirklichkeit)
5. Neue, heilsame Denk- und Handlungsmuster etablieren

Wir erfahren u.a., wie man sich über Atemübungen in Tiefenentspannung bringt und wie man im Alpha-Zustand ein Seelenprotokoll anfertigt. Wir bewegen uns gemeinsam nach Musik, tönen in heilsamen Mantren und genießen indoor und outdoor meditative Rituale. Wir tauschen uns in der Gruppe aus, unterstützen einander in unseren Erkenntnisprozessen und erleben, wie die Gemeinschaft ein schützendes Band für den eigenen Selbstentwicklungsprozess bildet.

*„ Die von mir entwickelte Methode Spirit Dance® gibt uns die Möglichkeit in klar strukturierten Schritten eine Selbsterfahrung in Selbstheilung zu machen. Spirit Dance® versteht sich als Hilfe zur Selbsthilfe und als Ergänzung zu traditionellen medizinischen und psychotherapeutischen Maßnahmen.“* Astrid Kuby

## Rahmenbedingungen

Die Gruppe wird bewusst klein gehalten (maximal 12 Personen), damit jeder einzeln über seine Anliegen sprechen kann.

Für Teilnehmer der Ausbildung zum *Spirit Dance*® *Spezialist* gibt es noch Zusatzinformationen.

Seminargebühr regulär 345,00 €

Seminargebühr Frühbucher (Zahlungseingang bis 10. Juli 2023) 295,00 €

Seminargebühr Ausbildungsteilnehmer 295,00 €

Ratenzahlung auf Anfrage.

## Seminaranmeldung und Rückfragen

Astrid Kuby

Praxis für Self-Empowerment und Bewusst-Sein  
Coaching/Vorträge/Workshops/Seminare/Ausbildung  
[www.astridkuby.de](http://www.astridkuby.de)

contact(ät-Zeichen)astridkuby.de

Festn.+49 (0) 8341 908 62 35

Mobil +49 (0) 175 56 09 110



Denke daran, dass nur begrenzte Plätze zur Verfügung stehen!

Ich freue mich auf Dich!!

Von Herzen,

Astrid Kuby

## Seminarort



### **Seminarhaus CHALET MARLENE**

[www.chaletmarlene.com](http://www.chaletmarlene.com)

Das Chalet Marlene liegt in herrlicher Panoramalage mitten im UNESCO Weltnaturerbe in den Dolomiten. Sie leben vom ersten Augenblick an im Einklang mit der Natur. Die nachhaltige Holzbauweise des Hauses strahlt eine besondere Wohlfühl-Atmosphäre aus. Im zauberhaften Naturgarten gibt es diverse Sonnen- und Ruheplätze, einen Naturschwimmteich und eine Sauna. Außer dem Seminarraum geben großzügige Gemeinschaftsräume Gelegenheit für Begegnung.



## Verpflegung

Für die Seminarteilnehmer steht eine Gemeinschaftsküche zur Selbstversorgung mit Speiseraum zur Verfügung. Während des Seminars ist Selbstversorgung in der Gemeinschaftsküche möglich. Im Ort gibt es gute Einkaufsmöglichkeiten und zahlreiche Gaststätten, die lokale Köstlichkeiten servieren.

## Übernachtung

Im *CHALET MARLENE* sind momentan sieben Doppelzimmer zur Buchung frei. Die gemütlichen Doppelzimmer sind jeweils mit Bad ausgestattet. Pro Person und Tag € 55,00 im Doppelzimmer, € 66,00 als Einzelzimmernutzung. Für diejenigen, die früher anreisen oder später abreisen beträgt der Tagespreis € 41,00 im Doppelzimmer und € 55,00 als Einzelzimmernutzung.

Weitere Zimmer in Ort können über Marlene Zingerle Trebo vermittelt werden.



## Zimmerbuchung und Anreise

*Seminarhaus CHALET MARLENE*, Bio-Ferienhaus für Familien, Freunde und Seminargruppen Ciasé Str. 4, 39030 St. Vigil in Enneberg  
Tel. + 39 0474 501806, Handy +39 348 3140415

[www.chaletmarlene.com](http://www.chaletmarlene.com)

Die Gastgeber schreiben „Gäste, die umweltfreundlich mit dem Zug anreisen, prämiieren wir mit gratis Abholdienst vom Bahnhof St. Lorenzen. Von den Flughäfen können Sie einen Shuttle Dienst verwenden“.