

01.08. - 06.08.  
2022

02.01. - 07.01.  
2023

TERMINE

IM FRAUENLANDHAUS | PFALZ  
[www.frauenlandhaus.de](http://www.frauenlandhaus.de)

Zimmerreservierung bitte direkt beim Haus

---

#### KOSTEN

Seminarbeitrag: 790 €

Unterkunft inkl. Verpflegung: 320 € - 470 €

Ermäßigungen sind in individuellen Fällen möglich.  
Bitte dafür anrufen: 08071 - 103489

#### ANMELDUNG

[www.heldenreise.de](http://www.heldenreise.de) ▶ Termine ▶ Anmeldung

#### STORNO

Bis 4 Wochen vor Seminar möglich, danach fallen die vollen Kosten an oder ein Ersatz wird von dir gestellt.

# HELD INNEN REISE

DIE ORIGINAL HELDENREISE©  
FÜR FRAUEN

---

Intensivseminar zur  
Persönlichkeitsentwicklung

*Spürst du den Ruf?*

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

## Die Heldenreise® ermöglicht

- durch kreative, spielerische und therapeutische Elemente Zugang zu verdrängten Problemen und bietet Möglichkeiten der Integration.
- eigene Wünsche, Vorstellungen und Ziele klarer zu erkennen und zu leben.
- eine tiefere VISION für den weiteren Lebensweg zu entdecken.

## LEITUNG

### FEDORA KUNDERA

Zertifizierte Heldenreise-Leiterin, Gestalttherapeutin in Supervision IGE, Kulturwissenschaftlerin, Kulturmanagerin  
[www.allesdarfsein.de](http://www.allesdarfsein.de)

### LYDIA SALOME

Tanztherapeutin IGE, Gestalttherapeutin in Supervision IGE, Yoga-Lehrerin, Künstlerin | [www.lydiasalome.de](http://www.lydiasalome.de)

Die Heldenreise® ist ein bewährtes und ganzheitliches Selbsterfahrungsseminar, das der tiefen Persönlichkeitsentwicklung auf allen Ebenen dient:

Auf der **kognitiven Ebene** werden Sinn, Ziel und Aufbau von Mythos & Ritual vor jeder Prozess-Übung vermittelt.

Deine **Fantasie** wird über imaginative Methoden, wie geführte Trancereisen, angeregt und durch Bewegung sowie Musik verstärkt.

Auch dein **Körper** wird stark mit einbezogen und kann Blockaden lösen durch bioenergetische Übungen, freie Bewegungen und Tanz.

Außerdem bringen wiederkehrende Meditationen **Geist & Seele** wieder in Einklang und Ruhe.

Die Heldenreise® bietet dir tiefe emotionale, psychische und körperliche Prozesse, die getragen werden von einer gestalttherapeutischen Struktur und einer liebevollen therapeutischen Haltung der Leiterinnen.

## Die Heldenreise® unterstützt dich

- in Lebensbereichen zufriedener & erfüllter zu werden
- Widerstände und Blockaden abzubauen & zu lösen
- Energie zu tanken & zu mobilisieren
- Burnout vorzubeugen
- psychosomatische Beschwerden zu mildern
- mehr in Kontakt zu gehen - mit dir und anderen

Der Grundstruktur dieses genialen Veränderungsprozesses bleiben wir treu! An einigen Stellen bieten wir jedoch einen Mehrwert für **explizite Frauenthemen**. Wir werfen einen Blick auf weibliche Vorbilder, Sagen & Mythen.

Entdecke die Heldin und erwecke die Dämonin in dir - mit all ihren Qualitäten! Gemeinsam leben wir die **Vielfalt unserer Weiblichkeit** und bringen das in zusätzlichen Elementen mit unseren Körpern, Stimmen und unserer ganzheitlichen Kreativität zum Ausdruck!



*Wir freuen uns auf dich!*