

Der weibliche ZYKLUS

ertragen? – erleben – feiern!



Workshop am 25. und 26.10.2025
Beginn Samstag 9:30 Uhr, Ende Sonntag, 14:00 Uhr

Für alle Frauen in jeder Lebens(zyklus)phase ab 14 Jahren

Wie erlebst du deinen Zyklus?

Etwas, das einfach „dazugehört“ und manchmal nervt oder schmerzt?
Oder hast du schon erfahren, dass jede Phase des Zyklus ihre ganz eigene Kraft birgt
– von intensiven Energiehöhen über feinen Bullshit-Detektor bis hin zu emotional
eher schwereren Tagen –und dass sie zusammen ein vollständiges Ganzes bilden?

Der weibliche Zyklus ist weit mehr als eine biologische Abfolge – er trägt in sich
Weisheit, Kraft und Orientierung.

In diesem Workshop widmen wir uns an zwei Tagen der Vielfalt und Tiefe zyklischer
Erfahrungen.

Wir beleuchten die körperlichen Grundlagen und den archetypischen Zyklus der Frau
sowie seine Entsprechungen in der Natur. Ergänzend dazu eröffnen wir Räume, um
den persönlichen Zugang zu erkunden: durch geführte Meditationen,
Wahrnehmungsübungen aus der Aufstellungsarbeit und Impulse, die dich wieder an
deine eigene Körperweisheit anbinden. Der Workshop lädt dazu ein, den eigenen
Zyklus nicht nur zu verstehen, sondern ihn bewusst zu erfahren – und
wahrzunehmen, was Körper und Psyche in den einzelnen Phasen individuell
brauchen und welche Kräfte darin verborgen liegen.



Manuela Neudegger

Darstellende Künstlerin
Zertifizierte Familienstellerin
Menstruality Mentor



Chiara Stoeckle

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Familienstellerin
Therapeutin für Kinder, Jugendliche,
Erwachsene
und Tiere
Beratung von pädagogischen Teams

Kosten:

Schülerinnen, Auszubildende, Studentinnen: 100 €

alle anderen Selbsteinschätzung: ab 150,- € bis 300,- €

Snacks und Getränke und Abendessen am Samstag sind inklusive.

Samstagmittag versorgt sich jede selbst, bzw. wir können gemeinsam in nahegelegendem Gasthof Essen gehen.

Frühstück am Sonntag ist ebenfalls Selbstversorgung. Es gibt eine kleine Teeküche mit Kühlschrank, Kaffeemaschine und Wasserkocher im Seminarraum.

ANMELDUNG DIREKT BEI CHIARA: chiara.stoeckle@gmx.de

Es gibt die Möglichkeit bei uns im Seminarhaus zu übernachten, dafür meldet euch bitte bei Andreas mobil: 0171 4470257, oder per Mail: stoeckle.andreas@gmx.de