

Linn Hammer

Trainerin in der Erwachsenenbildung seit 2001 in den Bereichen Stressmanagement, Yoga, Wellness- & Mental – Coaching, Erziehungsberatung

Ausbildungen:

- Verstehende Psychomotorik
- Yogalehrerin (BYV)
- Spirituelle Lebensberatung (BYVG)
- Systemische Aufstellung in Familien & Organisationen
- Präventologie

Mitglied im Berufsverband der Präventologen

Linn Hammer

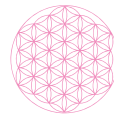
Ahornstr. 14 · 72574 Bad Urach - Siringen
Tel: 07125 - 968 78 34 · Fax: 07125 - 968 78 35
Email: mail@linnhammer.de
Internet: www.linnhammer.de

Seminarinhalte

- Übungen zur Bewusstseinschulung
- Meditationen
- Leichte Yoga- & Entspannungsübungen
- Schulung der Intuition
- Herzzentrierung, Herzöffnung
- Auflösung emotionaler Belastungen

- Besuch der größten Lavahöhle Portugals
- 2 Ausfahrten mit dem Boot zur Wal- & Delfinbeobachtung
- Wanderung zu einem eindrucksvollen Vulkankrater
- Ausflug ins Hochland zum Erkunden der Flora & Fauna
- Schwimmen im Atlantik

- Fakultativ:
- Segeln mit Ricardo auf dem Atlantik
- Besteigung des Pico, höchster Vulkan der Azoren, 2351 m

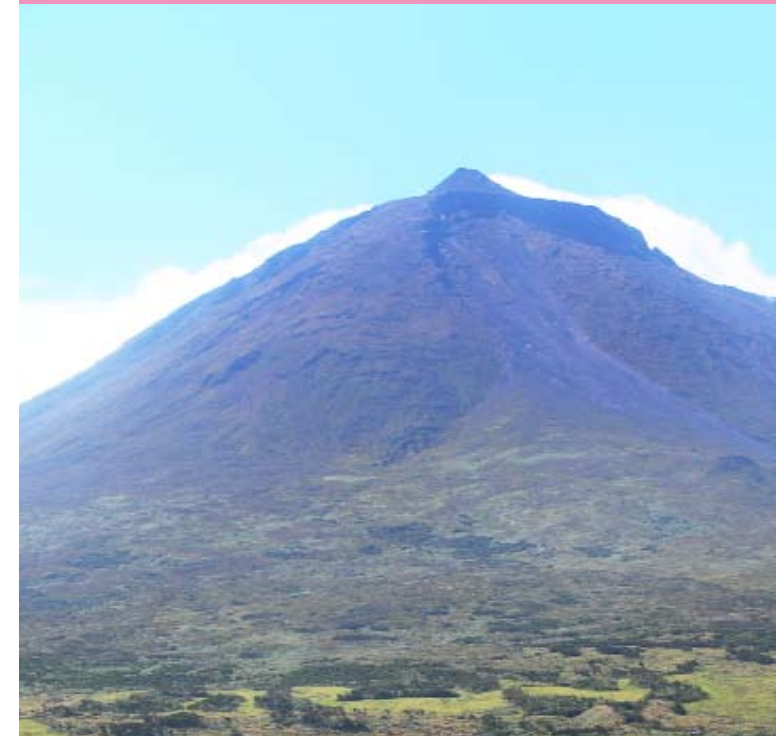


*„Der beste Weg die Zukunft vorauszusagen,
ist sie selbst zu gestalten.“*

Peter F. Drucker



LINN HAMMER



SEMINAR-REISE AUF DIE AZOREN

LINN HAMMER
COACHING, BERATUNG, SEMINARE & WORKSHOP

Ahornstr. 14 · 72574 Bad Urach - Siringen
Tel: 07125 - 968 78 34 · Fax: 07125 - 968 78 35
Email: mail@linnhammer.de · Internet: www.linnhammer.de

Entdecke Deine atlantischen Wurzeln. Verbinde Dich mit Deinen Fähigkeiten und Deinem Urwissen.

Umgeben von verschiedenen Arten Walen und Delfinen erheben sich die Azoren aus dem Atlantik. Der Legende nach ist das Azorenarchipel ein Rest des vor ungefähr 12.000 Jahren untergegangenen Atlantis.

Die samtig, warme Luft und die lauen Wassertemperaturen laden zur Begegnung mit Walen und Delfinen ein.

Wale, die als Hüter der Erde und der Meere gelten strahlen eine tiefe Ruhe und Gelassenheit aus. Delfine gelten als Engel der Meere. Sie leben Heiterkeit, Leichtigkeit und Herzlichkeit. Wer das Glück hat, diese wunderbaren Tiere in der Natur zu erleben, wird tief im Herzen berührt. Sie sind Boten, um uns Menschen an unseren Ursprung, die Liebe und Einheit zu erinnern.

Die Azoren sind Vulkaninseln mit einer paradisi-schen, subtropischen Vegetation, deren besondere Atmosphäre tiefe, innere Erfahrungen ermöglicht.

Das Seminar unterstützt die Kontaktaufnahme der Teilnehmerinnen zu Ihren atlantischen Wurzeln. Die Präsenz dieser uralten Kraft ist in diesem außergewöhnlichen Fleckchen von Mutter Erde deutlich spürbar. Mit entsprechenden Bewusstseinsübungen werden wir wieder mit ihr in Verbindung gehen.



Durch Naturerfahrungen, Entspannungsübungen, Meditationen und leichten Yogaübungen, (keine Vorkenntnisse erforderlich), findet eine innere Reinigung und Zentrierung statt. Das unmittelbare Erleben der Wale und Delfine berührt Jeden direkt im Herzen.

Mit Hilfe von entsprechenden Übungen und Angeboten werden alte, belastende Emotionen losgelassen sowie das Urvertrauen gestärkt. Ein innerer Reinigungs- und Heilungsprozess ebnet den Weg zur Wiedervereinigung mit seinem alten Wissen und seiner Urkraft und schafft damit eine kraftvolle Ausrichtung, sowie Klarheit für die Anforderungen des alltäglichen Lebens.

Das Gesamtprogramm bietet Ihnen, neben inneren Erfahrungen auch viel Raum für Entspannung und Erholung, dieses Inselparadies zu genießen.



Unser Seminarhaus liegt an der bezaubernden Südküste der zentralen Insel Pico, im kleinen, ursprünglichen Örtchen Pontas Negras. Das „Casa Nili“ bietet für uns als Gruppe viel Platz. Eine große Sonnenterrasse mit Rundblick über den Atlantik lädt zu Musestunden und auch zur Walbeobachtung per Fernglas ein.

Ca. 1km unterhalb des Hauses befindet sich eine Naturbadestelle, die man über einen Weg erreicht der an kleinen, azoreanischen Bauernhäusern und Weinterrassen vorbeiführt. Das Leben der Einheimischen auf Pico ist von Ruhe und Gelassenheit geprägt.