



## Selbsterfahrungs-Seminare für Frauen Pferdecoaching und Körperarbeit Die Energie der Pferde und die Weisheit des Körpers nutzen

---

**Freitag, 14.09. – Sonntag, 16.09.2018**

### Ort

Indian Sky Ranch, Gehaborner Hof, Gehaborner Weg 101, 64331 Weiterstadt  
s. Anfahrt detailliert unter : [www.reiten-darmstadt.de](http://www.reiten-darmstadt.de)

### Seminar-Zeiten

Insgesamt 12 Seminar-Stunden verteilt auf folgende Zeiten:

Freitag	14.09. von 18h – 21h
Samstag	15.09. von 14h – 20h
Sonntag	16.09. von 10h – 13h

### **„Loslassen, um anzukommen“**

Häufig stecken wir in Verbindlichkeiten fest, verplanen überkorrekt Raum und Zeit und werden dabei innerlich immer haltloser. Dann ist es höchste Zeit konstruktive, neue Schritte zu wagen und unser Lebenskonzept kreativ und mutig umzuschreiben. Pferde können uns dabei prozesshaft unterstützen, da sie innere Freiheit und Unbeirrbarkeit vermitteln und uns so zu neuen, wertschätzenden Einsichten verhelfen können. Durch die liebevoll ganzheitliche Herangehensweise werden die Signale des Körpers wieder wahrnehmbar und helfen uns zu mehr Bewusstheit, Selbstwertgefühl und Klarheit.

### **„Nähe und Distanz“**

Grenzen geben Halt und Schutz, halten aber auch häufig das Leben von uns fern. Nähe und Distanz auszubalancieren stellt uns immer wieder vor große Herausforderungen. In diesem Seminar können wir zielorientiert daran üben. Manch alte Grenzverletzung kann in geschütztem Rahmen verabschiedet werden und heilen. Es entstehen neue Ideen für Schritte über die Grenze hinaus. Pferde spüren und zeigen uns, ob wir präsent und klar sind, ob wir ganz klar Grenzen aufzeigen und wann wir uns unterwerfen.

### **„Berühren und berührt werden“**

Gemeinsam werden wir versuchen herauszufinden, welche Beziehungsschwerpunkte das Leben jeder Teilnehmerin ausmachen. Unsere Lebensqualität hängt hauptsächlich von der Qualität unserer Beziehungen ab. Es kann gelingen, ein gesundes Gleichgewicht zwischen Geben und Nehmen herzustellen. Spielerisch und neugierig werden wir uns auf den Weg machen, unser Beziehungsmuster zu erkunden. Pferde bieten uns immer wieder Kontakt an. Sie sind fähig zu verzeihen und geben uns immer wieder eine neue Chance. Gleichzeitig gehen sie auch immer wieder ihren eigenen Bedürfnissen nach und sorgen damit für eine erfahrbare Balance zwischen Verbindung und Autonomie.

Bankverbindung:  
Sylvia Pfeiffer  
IBAN: DE 16 5089 0000 0107 5184 01 (Volksbank Darmstadt)  
BIC: GENODEF1VBD

**INDIAN SKY RANCH**  
Sylvia Pfeiffer  
Gehaborner Weg 101  
64331 Darmstadt-Weiterstadt  
Telefon 01577/471 35 95



## Selbsterfahrungs-Seminare für Frauen Pferdecoaching und Körperarbeit Die Energie der Pferde und die Weisheit des Körpers nutzen

---

### Die Seminarleiterinnen:

**Sigrid Haselmann** ist KBT Therapeutin, (PITT), psychotherapeutische Heilpraktikerin, Musikerin, Musikpädagogin. Sie arbeitet als KBT-Therapeutin angestellt und in freier Praxis in Heidelberg.  
[www.body-and-balance.de](http://www.body-and-balance.de)

**Sylvia Pfeiffer** ist Centered Riding® Instructor, Coach und Trainerin für Wertschätzende Kommunikation. [www.reiten-darmstadt.de](http://www.reiten-darmstadt.de)

Beide Seminarleiterinnen befinden sich im 3. Jahr der 3-jährigen Ausbildung **Somatic Experiencing®** nach Peter Levine.

Sylvia Pfeiffer übernimmt in allen Seminaren die Persönlichkeitsarbeit mit Pferden und Sigrid Haselmann vertieft das Erlebte durch achtsame Körperwahrnehmung. Es stehen mehrere Pferde zur Verfügung. Auf der Wohl der Tiere wird genau so geachtet, wie auf das der Teilnehmerinnen und der Seminarleitung.

Beiden Seminarleiterinnen ist es wichtig alles Neue, was kommen mag, willkommen zu heißen und den damit verbundenen Fragestellungen aufmerksam nachzugehen.

Jede Teilnehmerin erhält individuelle Rückenstärkung und kann in einem wertschätzenden, achtsamen Erfahrungsraum ihre Alltags- und Lebensthemen betrachten, neu überdenken und verändern.

Bei Fragen einfach mailen an: [info@reiten-darmstadt.de](mailto:info@reiten-darmstadt.de) oder telefonisch melden unter 01577/4713595 (auch gerne per WhatsApp/ SMS).

### **Kosten und Anmeldung: Die Teilnahmegebühr beträgt 265,- € pro Person**

Die Teilnahmegebühr kann mit der Anmeldung in bar im voraus vor Ort bezahlt oder per Überweisung beglichen werden.

Anmeldeformular bitte von [www.reiten-darmstadt.de](http://www.reiten-darmstadt.de) downloaden, ausfüllen, unterschreiben und entweder per E-Mail senden an **[info@reiten-darmstadt.de](mailto:info@reiten-darmstadt.de)**

oder per Post senden an: Sylvia Pfeiffer, Ödenburger Str. 30, 64295 Darmstadt