

Wir begleiten euch:



Claudia Graf

*1967, Mutter und Großmutter,
Dipl. Sozialarbeiterin,
Shiatsu-Praktikerin, Biodynamische
Körperpsychotherapie, Wanderführerin,
Begleitung von Frauen in Lebensübergängen
www.claudiagraf.at



Anne Tscharmann

*1961, Dipl. Lebensberaterin, Ritualbegleiterin
an Lebensschwellen (www.ritualnetz.at),
Seminare und Rituale im Kreis des Jahres
und des Lebens, Schwitzhütten, Frauengruppen.
www.maeterra.at

.....

Online-Info-Abend

zur Flusswanderung & zum Seelenurlaub für Frauen

- **Di 9. März 2027, 19- 20:30 Uhr per zoom**
Bitte bis 2. März 2027 anmelden!

ANMELDUNG



Der Platz ist fix reserviert mit einer verbindlichen Anmeldung
per E-Mail mit Namen, Adresse und Telefonnummer.

Anmeldung bitte bis 9. Mai 2027.

Bei Rücktritt bis 4 Wochen vor dem jeweiligen Termin
werden 15% der Seminargebühr Storno verrechnet, danach
30%, es sei denn eine Ersatzteilnehmerin wird genannt oder
es rückt jemand von der Warteliste nach.

Bei Absage ab 2 Tage vorher bzw. bei Nichterscheinen
ist der ganze Seminarbetrag fällig.

Für die reservierten Zimmer fallen bei Absage
ab 10. Mai 2027 100 % Stornokosten an!!!

Mit der Anmeldung nehmen Sie zur Kenntnis, dass Sie
auf eigene Verantwortung an dem Seminar teilnehmen.
Dieses ist kein Ersatz für eine psychotherapeutische
oder medizinische Behandlung.

Mae Terra – Seminare
Anne Tscharmann & Robert Pilak
A-7022 Schattendorf, Vorstadt 8a
02686-3865, office@maeterra.at, www.maeterra.at

Weiter Infos auch bei Claudia Graf
0664-4641014, claudiagraf@gmx.at
www.claudiagraf.at

Mindestens 6, maximal 10 Teilnehmerinnen!

Folge deinem Fluss!



**Eine Flusswanderung
für Frauen
an der Isel in Osttirol**

Di 15. – So 20. Juni 2027

Die größte Entdeckung

Der Weg führt durch weites Land
und auf engen Pfaden,
auf denen du deinen Körper forderst
und deinen Geist stärkst.

Du nimmst dir Zeit für dich selbst.
Begleitet vom Fluss, erlebst du die Sinnlichkeit,
ausdauernder Bewegung in der Natur,
befreiest dich von den Belastungen des Alltags
und schärfst Schritt für Schritt deine Sinne.



Wie lang du auch unterwegs sein magst,
am Ende steht die Erkenntnis:

Die größte Entdeckung des Weges
war ich selbst.

C. G.

folge deinem Lebensfluss!



Eine Flusswanderung für Frauen

Di 15. Juni, 17:00 – So 20. Juni 2027, 12.00

Es erwartet dich eine Wanderung voller Abwechslung und Vielfalt. Erlebe die Isel, einen der letzten Wildflüsse Europas, als sprudelnden, plätschernden, aber auch kraftvollen, tosenden Begleiter auf deinem Weg.

Wir beginnen den Weg gemeinsam am Oberlauf wo er noch jung dahinplätschert, und enden nach 4 Tagen an einem sandigen Isel Strand in Ober Lienz, bevor sich der Fluss mit der Drau vereint.

Im alleine Gehen ist Zeit und Raum, um auf die Botschaften, die Bilder, die Zeichen für dein Leben hinzuhören. Egal was dein Thema ist, was dich beschäftigt und bewegt, du kannst vom Fluss lernen.

Bereichert durch die Weisheit der Natur, des fließenden Wassers, der Berge und der Begegnungen im Frauenkreis kehrst du gestärkt in deinen Alltag zurück.

Inhalt

- Ein Morgenimpuls als Einstimmung auf den Weg.
- Jede Teilnehmerin wandert untertags alleine auf einem gut markierten Weg ca. 4 Stunden Gehzeit (durchschnittliche Kondition empfohlen).
- Wir sind mit euch auf dem Weg.
- Abends genießen wir gemeinsam ein stärkendes Abendessen, danach teilen wir unsere Erfahrungen
- Healing Songs begleiten unsere gemeinsame Zeit.

Kosten

- Seminarkosten € 480,-
Sozialtarif: In Selbsteinschätzung zwischen € 350,- und € 480,- oder Ratenzahlung
- 5 Nächtigungen im Gasthof Rose, 9972 Virgen
www.gasthof-rose.at

DZ mit Frühstücksbuffet	€ 360,-
DZ mit Halbpension	€ 485,-
EZ mit Frühstücksbuffet	€ 435,-
EZ mit Halbpension	€ 560,-
- Jause für den Weg
- An- und Rückreise

Auf der gesamten Wegstrecke von 72 km werden wir 4 ausgewählte Tagesetappen von insgesamt 48 km gehen. Die Etappe kannst du individuell anpassen, da ein Bus die Isel entlangfährt. Du erhältst genaue Unterlagen für diese Tage. Da jede Frau für sich unterwegs ist, handelt es sich nicht um eine geführte Wandergruppe.



Wir bitten um eine verbindliche Anmeldung bis 9. Mai 2027, da ab dann bei Absage im Quartier Stornokosten anfallen.

Gemeinsame Anreise ab Wien möglich.

Treffpunkt für alle Teilnehmerinnen – Lienz i. O.