

# Frühlingserwachen



## im grossen Ganzen Yoga und töpfern 18./ 19. März 2023

Wenn Tag und Nacht gleich lang sind, die Balance finden zwischen Empfangen und Verschenken. Mit spezifischen Yogaübungen verbinden wir uns mit Erde und Himmel, um aus der Herzmitte zu wachsen. So weiten wir uns wie eine Knospe in die Frühlingskraft hinein.

Aus dieser Herzverbindung kommen wir ins Handeln: Wir lassen den Frühling von unserem Herzen in die Hände spriessen und unsere Hände gestalten mit einem Klumpen Mutter Erde das ganze Potential in der Knospe. So wird der Frühling sicht- und fassbar, für dich und die Andern!

**Samstag, 18. März 2023** 14 – 20 Uhr, in Worb, mit Teilete zum Z Nacht

**Sonntag, 19. März 2023** 10 – 16 Uhr, es wird Z Mittag gekocht

Frühlingserwachen im grossen Ganzen können Frauen und Männer (max. 10). Dazu braucht es keine Vorkenntnisse in Yoga oder Töpferei.

300.- inkl. Raummiete, Material und allenfalls Brennen der getöpften Frühlingskraft  
Wer mag, kann einen Beitrag in unseren Fond spenden für Menschen in einem finanziellen Engpass, die nicht den vollen Ritualbeitrag zahlen können.

Schriftliche Anmeldung bis am 14. März 2023 an eine der Kursleiterinnen, auf [www.keramikerin.ch](http://www.keramikerin.ch) auch online möglich.

Die Anmeldung wird definitiv mit einbezahltem Kursbeitrag auf das Konto von Cornelia Held  
IBAN CH88 0900 0000 3011 5349 2

Nach Anmeldeschluss schicken wir eine Mail mit allen Detailinformationen.  
Für Fragen stehen wir gerne zur Verfügung.

**Wir freuen uns auf den Frühling und auf euch!**



**ReGula Kaeser-Bonanomi**, Höhweg 5, 3110 Münsingen, 031 721 52 43 [www.keramikerin.ch](http://www.keramikerin.ch)  
und **Cornelia Held**, Lindhaldenstrasse 71, 3076 Worb, 079 753 45 17, [cornelia.held@bluewin.ch](mailto:cornelia.held@bluewin.ch)

# **Anmeldung Frühlingserwachen im grossen Ganzen**

**18./19. März 2023**

Vorname und Name:

Strasse:

Ort:

Mailadresse:

Telefonnummer:

Bemerkungen, z.B. zum Essen (Allergien...):

Detailinformationen kommen nach Anmeldeschluss.

Ich bin persönlich versichert.

## **Annullationsbedingungen:**

Bei Absage vor Anmeldeschluss: 50% des Betrages oder Anmeldung einer anderen Person.

Bei Absage nach Anmeldeschluss: ganzer Betrag oder Anmeldung einer anderen Person.

**Ort, Datum**

**Unterschrift**

**Schriftliche Anmeldung** bis 14. März 2023

via Anmeldeformular auf [www.keramikerin.ch](http://www.keramikerin.ch) (im Kalender unter der Ausschreibung der Link dazu)

oder mit allen Angaben per Mail an [cornelia.held@bluewin.ch](mailto:cornelia.held@bluewin.ch)

oder mit dem ausgefülltem Formular per Post

an ReGULa Kaeser-Bonanomi, Höheweg 5, 3110 Münsingen

oder Cornelia Held, Lindhaldenstrasse 71, 3076 Worb