



ICH INTERESSIERE MICH FÜR

- das Mattli-Bildungsprogramm
- Informationen über das Seminar- und Bildungszentrum Mattli
- Informationen über die Franziskanische Gemeinschaft FG

- Ändern Sie meine Adresse gemäss Anmeldeformular
- streichen Sie meine Adresse

Senden an:

Mattli Antoniushaus
Seminar- und Bildungszentrum
Mattlistrasse 10
CH-6443 Morschach

ANMELDUNG

Wir bitten um schriftliche Anmeldung bis 22. November 2023.

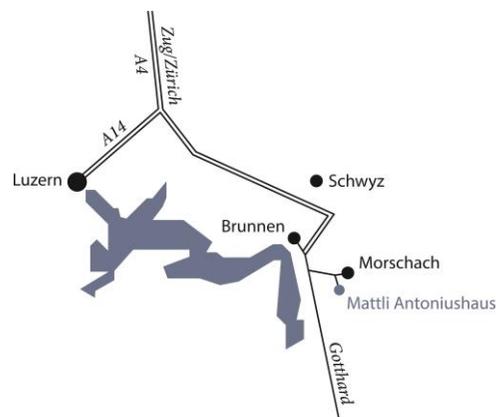
Sie erhalten eine Bestätigung und die Rechnung für die Kurskosten. Die Pensionskosten müssen vor Ort in CHF oder mittels Kreditkarte bezahlt werden.

ANREISE MIT DER BAHN

Gotthardlinie bis Bahnhof Brunnen.
Bus Nr. 4 bis Morschach «Mattli/Holidaypark».
Zu Fuss rund 6 Minuten zum Mattli.

ANREISE MIT DEM AUTO

Autobahn A4 Zürich-Zug-Gotthard. 1 km nach Autobahnende Abzweigung Morschach.
Eingangs Dorf Wegweiser Mattli. Parkplätze vorhanden. Ca. 60 Minuten ab Zürich, ca. 30 Minuten ab Luzern.



Mattli Antoniushaus
Seminar- und Bildungszentrum
Mattlistrasse 10
6443 Morschach
041 820 22 26
info@antoniushaus.ch
www.antoniushaus.ch

Ich bin – Stimme des Lichtes

STIMME & KLANG
KÖRPERARBEIT - MEDITATION

Freitag, 15. Dezember 2023, 18 Uhr bis
Sonntag, 17. Dezember 2023, 14 Uhr

LEITUNG
Steffanie Schmid

Mattli Antoniushaus
Seminar- und Bildungszentrum
Mattlistrasse 10
6443 Morschach
www.antoniushaus.ch

Ich bin – Stimme des Lichtes

STIMME & KLANG - KÖRPERARBEIT - MEDITATION

Wir wollen in der Adventszeit Ruhe finden und unsere Stimme sowie unser inneres Licht zum Strahlen bringen.

Die Stimme in all ihren Farben und Facetten sowie die heilenden Klänge werden uns dabei Mittel und Hilfe sein. Sowohl durch leise meditative, als auch durch laute und expressive Stimmübungen wollen wir die fließende und schwingende Kraft in uns aktivieren und vereinigen.

Körperübungen werden uns dabei helfen, Spannungen und Blockaden loszulassen. Der Umfang unserer Stimme wird sich dadurch erweitern und der Klang wird strahlender.

Unsere Kraftzentren werden aktiviert und wir finden zu den Wurzeln unseres Klanges und somit zu uns selbst zurück. Durch einfache Entspannungs- und Meditationsübungen in Stille und Bewegung können sich unsere inneren Sinne entfalten und unsere Wahrnehmung wird sich verbessern. Wir finden in unsere Mitte zurück und sind von Neuem mit der in uns verborgenen Kraftquelle verbunden – Vertrauen, Dankbarkeit und Freude entfalten sich!

Das Seminar bietet eine wunderbare Gelegenheit, sich auf die geweihte Nacht und die Geburt des Lichtes in uns vorzubereiten.
Mittel: Stimmarbeit, Bewegungs-, Entspannungs- und Meditationsübungen.

LEITUNG

Stefanie Schmid

Lehrerin Stimm- & Körperarbeit, Meditation, Selbstkraftquelle-Methode und Ergosom-Trainerin

MITBRINGEN

Mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, Schreibpapier und Stift

KOSTEN

Kurs CHF 350

PENSIONSKOSTEN *

Einzelzimmer fließend Wasser	CHF 135
Einzelzimmer klein mit Dusche/WC	CHF 165
Einzelzimmer Standard Dusche/WC	CHF 175
Zweibettzimmer mit Dusche/WC	CHF 135
Doppelzimmer mit Dusche/WC	CHF 145

* Die genannten Pensionskosten verstehen sich pro Person und Nacht und beinhalten Vollpension, MwSt., Nachhaltigkeitsbonus und Kurtaxe.

Wir gewähren Ihnen einen Frühbucher*innen-Rabatt von 10 % auf die Pensionskosten, wenn Ihre Anmeldung bis zwei Monate vor Kursbeginn eingegangen ist.

Anmeldung

ICH BIN – STIMME DES LICHTES
15.-17. DEZEMBER 2023

NAME

VORNAME

STRASSE

PLZ/ORT

TELEFON

E-MAIL

DATUM

UNTERSCHRIFT

Allergie / Unverträglichkeit: _____

- _____
- Einzelzimmer mit fließendem Wasser
 - Einzelzimmer klein mit Dusche/WC
 - Einzelzimmer Standard mit Dusche/WC
 - Zweibettzimmer mit Dusche/WC
 - Doppelzimmer mit Dusche/WC

Die Anzahl Zimmer pro Kategorie ist begrenzt.