



Erlebe, erfahre und verstehe
deinen Körper, deinen Geist und
deine Seele in der Veränderung
deiner Schmetterlingszeit.

Komm in unseren Mädchenkreis

Der Mädchenkreis begleitet dich auf deiner **magischen** Reise ins Frausein. Unsere Gruppe ist ein geschützter Raum, in dem du erfährst, dass deine Weiblichkeit etwas **Wunderschönes** und **Kraftvolles** ist, auf das Du stolz sein darfst. Du erhältst das Wissen und die Werkzeuge, damit du deiner Wandlung zur Frau, deiner Schmetterlingszeit, mit **Freude** und **Selbstvertrauen** entgegen blicken kannst.



The magic of flowing
with the cycles

Erlebe die Magie, dich im geschützten Raum,
im Kreise mit anderen Mädchen gesehen,
gehalten und getragen zu fühlen.
Entdecke die Magie, im Wissen und der
Verbindung mit den Zyklen in und um uns.

Was erwartet dich ?

Wissen über deine Wandlung zur Frau und
alles was zum Frau-Sein dazu gehört z.B.
Zykluswissen, Zyklusgesundheit, Periode,
Körper, Emotionen...

viel Raum und Zeit für all deine Fragen,
Probleme, Wünsche und Bedürfnisse und für
den Austausch in der Gruppe

Achtsamkeits- und Selbstwahrnehmungs-
übungen zur Stärkung deines Körpergefühls,
deines Selbst-Bewusstseins und deiner
inneren Balance

Kreativität & Spaß z.B. Naturkosmetik, Flower
Pressing, Handwerk, Musik, Bewegung...

Aufenthalt in der Natur, Verbindung mit den
Jahreszeiten, Mutter Erde, den Elementen und
Pflanzen. In dieser Verbindung liegt das größte
Wissen.

- >> Du bist zwischen 11 und 14 Jahre alt?
- >> Du hast Lust auf eine stärkende Gruppe von Mädchen?

Wir treffen uns 1x im Monat in Bad Nauheim

Dann sei dabei!

Jahreskreis für Mädchen auf ihrer Reise zur jungen Frau
liebervoll, freudvoll
vertrauensvoll, offen
wertschätzend, bestärkend
füreinander, miteinander

Wir gehen gemeinsam
auf diese magische Reise



Nathalie Schoen

Für Fragen,
mehr Infos,
und Anmeldung
melde dich
bei mir :

@nathalie.schoen

nathalieschoenyoga@gmail.com

www.nathalieschoen.de