

Wir sind zertifizierter Begegnungshof der Stiftung Bündnis Mensch & Tier und Mitglied im Bundesverband Tiergestützte Intervention e. V. .

Veranstaltungen im Überblick:

- 06.01. - Mit Pferden unterwegs
- 19.01. - EntfaltungsRaum - „Achtsamkeit“
- 08.02. - StimmKlang - Impulsworkshop
- 09.02. - Mit Pferden unterwegs
- 01.03. - StimmKlang - Eine Reise zu dir (Start, insg. 6 Termine)
- 02.03. - EntfaltungsRaum - „Stille“
- 09.03. - Mit Pferden unterwegs
- 13. + 14.04. - Tierischer Frühling (Kinderkurs)
- 20.04. - Entdecke deine innere Wildnis
- 01.05. - Bilder sagen mehr als Worte (Kostenfrei mit Fotograf)
- 04.05. - EntfaltungsRaum - „Vertrauen“
- 11.05. - Vertrau deinem Leben
- 18.05. - Begegnen deinem Tier - im Licht der TCM (Gastdozentin)
- 06.07. - Willkommen im Gleichgewicht!
- 13. + 14.07. - Tierische Sommerfrische (Kinderkurs)
- 24.08. - EntfaltungsRaum - „Nähe“
- 31.08. - Intensiv Pferdecoaching-Tag
- 12.10. - EntfaltungsRaum - „Intuition“
- 14.12. - EntfaltungsRaum - „Einkehr“

Es werden sich noch weitere Veranstaltungen - auch mit tollen Gästen - dazu gesellen.
Aktuelles findet ihr bei Facebook und auf der Internetseite !

Ausführliche Infos zu den einzelnen Veranstaltungen:

EntfaltungsRaum:

=> Alle EntfaltungsRäume sind speziellen Themen gewidmet und dauern zwei Stunden.

Women only!

Begleitung: Lexa Voss

Kosten: 29,00 € (incl. 19% MWSt, Getränke)

+ ein Raufutter-Obolus nach Selbsteinschätzung

Uhrzeit: 10.00 - 12.00 Uhr

Ort: Begegnungshof In der Espe,

Kontakt und Anmeldung: kontakt@lexavoss.de

19.01 - EntfaltungsRaum - "Achtsamkeit"

Hier bei den Tieren inmitten der noch ruhenden Natur kommst du ganz im Moment an.

Spüre das Winterfell und die Wärme der Pferdekörper unter deinen Händen.

Vergrabe dich in der Wolle der Schafe und nimm wahr, wie du dich fühlst.

Tiere bewerten dich nicht.

Beobachte deinen Atem. Lass alle Erwartungen los.

Komm in Bewegung und nimm dabei deinen Körper wahr.

Ich freue mich, dich/euch zu begleiten!

Nach diesem EntfaltungsRaum gehst du ein wenig achtsamer durch die Welt.

02.03. - EntfaltungsRaum - "Stille"

In der Stille der Natur wenden wir uns ohne viele Worte den Tieren und uns selbst zu.

Wir nehmen wahr, kommen in Kontakt, begegnen uns, lauschen auf unsere innere Stimme, folgen unserem Gefühl.

"Es gibt Zeiten, da braucht es die Stille der Tiere, um sich von den Menschen zu erholen." S. Raßloff

04.05. - EntfaltungsRaum - "Vertrauen"

Mit jeder tierischen Begegnung wächst dein Vertrauen.

Dein Vertrauen in dich und in dein Leben.

Die großen Pferde sind an deiner Seite, ihr geht gemeinsam ein Stück, haltet inne und du spürst die Verbindung.

Die Schafe holen dich ganz zu dir und du nimmst deine Bedürfnisse wahr.

Unsere Hühner leben in ständiger Gefahr vor Habicht, Fuchs und Co. und doch gestalten sie ihren Tag voller Selbstvertrauen und Aktivität.

Nimm dir davon etwas mit nach Hause!

Vertiefen kannst du dein Vertrauen am 11. Mai beim Tagesworkshop "Vertrau deinem Leben".

24.08. - EntfaltungsRaum - "Nähe"

Sich selbst und anderen nah zu sein erscheint manchmal wie eine große Herausforderung. Und gleichzeitig ist der Wunsch nach Verbundenheit einer Größten.

Du möchtest Nähe zulassen, ohne sich selbst dabei zu verlieren.

Hier bei den Tieren kannst du Verbindung ohne Erwartung erleben und dir selbst wieder näher kommen.

Dein Nähe-Erlebnis strahlt in dein Leben, und du bist bereit für mehr :-)!

12.10. - EntfaltungsRaum - "Intuition"

Möchtest deiner inneren Stimme lauschen, auf dein Bauchgefühl hören, den Verstand zur Ruhe bringen, ...

Dann komm' zu den Tieren und lass dich ein, dich zwei Stunden lang von deinem Gefühl, deinem Herz, deiner Intuition leiten zu lassen.

Lass dich von unseren Tieren inspirieren - sie sind die besten Lehrmeister "in Sachen" Intuition.

14.12. EntfaltungsRaum - "Loslassen"

Das Jahr neigt sich dem Ende zu.

Die Dunkelheit nimmt einen großen Teil des Tages ein.

Ruhe möchte sich ausbreiten.

Die nahende Wintersonnenwende kündigt die Geburt des Lichts an, und der Kreislauf beginnt von vorn.

Wir geben unserem Ruhebedürfnis nach, verweilen je nach Wetter draußen bei den Tieren oder kommen im Warmen zur Ruhe und lassen los.

Tagesworkshops:

Die intensiven Tagesworkshops widmen sich deinen Lebensthemen mit Begleitung der Tiere und in der Natur.

Der Zeitrahmen ist jeweils von 10.00 - 16.00 Uhr.

Women only! Max. 8 TNinnen.

Workshopleitung: Lexa Voss

Coach für tiergestützte Persönlichkeitsentwicklung und NaturErleben, NLP Master, Sängerin/
Songwriterin, Dipl. Gesangspädagogin, Reiki 2. Grad

Kosten: 98,00 € pro Person (incl. Getränke + Snacks, 19% MWSt)
+ ein Raufutter-Obolus nach Selbsteinschätzung

20.04. - Entdecke deine innere Wildnis

Hast du dich in deiner inneren Wildnis schon einmal besucht?

Deine unentdeckten Fähigkeiten und Energien aufgespürt?

Welche Anteile von dir möchtest du erforschen?

Und was, wenn da noch viel mehr wäre, als du glaubst oder ahnst?

In der Natur, abseits der Wege, kommst du deiner eigenen unberührten Wildnis auf die Spur. Tiere begleiten dich dabei, mit dir in Kontakt zu kommen und dir deine Freiheit zu schenken. Sie fordern dich heraus, spiegeln dein Innerstes - eine Entdeckungsreise zum Ursprung deiner Einzigartigkeit!

11.05. - Vertrau' deinem Leben

Pferde begleiten dich in dein Vertrauen.

Im Zusammensein mit den großen Wesen geht es immer wieder darum um die verschiedenen Facetten von Vertrauen: um das Miteinander, um das Gesehen werden, um Bedürfnisse, um Nähe, um Grenzen, um Mut, um Überwindung, um Vorausgehen, um mitgenommen werden, sich einander anvertrauen.

Wachse gemeinsam mit den Pferden in dein Vertrauen hinein.

Trau dich - am Ende des Tages gehst du angefüllt mit neuem Vertrauen nach Hause.

Bei diesem Workshop ist keine Pferdeerfahrung nötig!

Wir begegnen den Pferden vom Boden aus.

06.07. - Willkommen im Gleichgewicht!

Eintauchen in die Pferdeherde.
Durchatmen in der Schafherde.
Spür die Lebensbalance der Tiere.
Sie leben ihr ganz eigenes Lebenstempo.
Du spürst die Zeitlosigkeit des Seins.
Die Natur hat ihr eigenes Gleichgewicht.
Hier bist du genau richtig.

Komm in dein Tempo, vertrete deine Werte, lebe deine Bestimmung, folge deiner Intuition, erfülle dir deine Wünsche, sprich über deine Sehnsüchte, ... - erlebe dein ureigenes Gleichgewicht im Fluss des Lebens.

31.08. - Intensiv Pferdecoaching Tag

Momente mit Pferden - Momente der Selbsterkenntnis
(max. 4 Frauen)

Du hast ein Thema, was dich beschäftigt?
Welches womöglich ein immer wiederkehrender Begleiter in deinem Leben ist?
Und was du gern näher betrachten, verändern oder zurück lassen möchtest?

In diesem Workshop gehst du in Resonanz mit dir und den Pferden, findest deine eigene Mitte, wechselst den Blickwinkel, nimmst deine innere Stimme wahr.
Ich begleite dich auf deiner Selbstentdeckungsreise in der Pferdeherde und in der Gruppe.
Mit "deinem" Pferd näherst du dich deinem Thema.
Sei gespannt auf die Veränderung!

Wir begegnen den Pferden vom Boden aus!
Du benötigst keine spezielle Pferdeerfahrung!

SPECIALS:

Hier findest du Infos zu „Mit Pferden unterwegs“, „StimmKlang Impulsworkshops“, „StimmKlang-Reisen“, Gastvorträge, etc.

Mit Pferden unterwegs - Selbsterfahrung in der Natur

Termine => 06.01., 09.02., 09.03. - weitere Termine folgen!

Mit einem Pferd unterwegs zu sein, ist mehr als das Führen am Seil.

Erfahre mehr über dich und die Pferde bei einer gemeinsamen Wanderung.

Wie entwickelt sich das gegenseitige Vertrauen und Verständnis füreinander?

Wo kann ich das Pferd entscheiden lassen, in welchen Momenten ist es wichtig, dass ich WegweiserIn bin?

Kann ich klar und deutlich sagen, was ich möchte?

Wo stoße ich an meine Grenzen?

Wie merke ich, dass es dem Pferd gut geht?

Kann ich sogar eine Verbindung ganz ohne Seil entstehen lassen?

...

Du brauchst keine Pferdeerfahrung um dabei zu sein!

Im Anschluss gibt's warmen Tee oder Kaffee bei uns auf dem Hof!

Und wer mag, kann sich seine Hände in der kuschligen Wolle unserer Schafe wärmen :-)!

Begegnungshof In der Espe

Lexa Voss

In der Espe 21

45529 Hattingen

Incl. Pferdebegleitung

Menschl. Begleitung: Lexa Voss

Dauer: ca. 2,5 Std. (incl. Vor- und Nachbereitung)

Kosten: 30,00 € pro Pers./pro Termin

+ ein Raufutter-Obolus nach Selbsteinschätzung

Uhrzeit: je 10.30 - 13.00 Uhr

Veranstaltungen 2019

08.02. - StimmKlang - Impulsworkshop

Dein Stimmklang spiegelt dein Innerstes wider.

An diesem Abend erhältst du klingende Anregungen und schwingende Impulse.

Deine Stimme darf tönen, du spürst deinen Körper und in der Stille lauschst du deiner inneren Stimme.

Wenn du nach diesem StimmKlang-Kurzurlaub Lust auf mehr hast, melde dich zur großen StimmKlang-Reise an, die im März startet!

➔ Musikalische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Women only! :-)

Investition: 29 € - 1 Termin

Uhrzeit: 19.00 - 21.00 Uhr, Ankomzeit/TeePlausch ca. 20 min. vorher

Workshopleitung: Lexa Voss, Singer/Songwriterin, Dipl. Gesangspädagogin, NLP Master, Coach für tiergestützte Persönlichkeitsentwicklung, Reiki 2 Grad

StimmKlang - Eine Reise zu dir (Start: 01.03.)

Wie bist du gestimmt?

Wo möchte sich Klang entwickeln?

Was erzählen deine schrägen Töne?

Wie erlebst du dich in deinen verschiedenen Stimmungen?

Dein Stimmklang spiegelt dein Innerstes wider.

Singen und Tönen entspannt und öffnet dich.

Dein Atem ist Energie und Ruhepol gleichermaßen.

In Klangritualen verbinden wir uns mit unseren Gefühlen und schöpfen neue Kraft.

Die Leichtigkeit des Seins darf im Klang deiner Stimme schwingen.

Experimentelle Klangreisen helfen dir loszulassen.

Im gemeinsamen Singen fühlst du dich aufgehoben.

Wir bereisen verschiedene Räume und Orte - sei gespannt! :-)

➔ Diese Reise ist für alle Frauen-Stimmen geeignet.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

6 Termine => 01.03., 08.03., 15.03., 22.03., 05.04., 12.04.

Uhrzeit: 19.15 - 21.15 Uhr
Ankommzeit/TeePlausch 15 min. vorher
Teilnehmerinnen: Max. 8 Frauen
Investition: 189,00 €

Reiseleitung: Lexa Voss
Singer/Songwriterin, Dipl. Gesangspädagogin, NLP Master, Coach für tiergestützte
Persönlichkeitsentwicklung, Reiki 2 Grad

➔ inklusive einer Gesangstunde
oder einer Selbsterfahrung mit Pferden
oder einer Schaf-Begegnung
jeweils à 60 min.

+ Freie Teilnahme beim EntfaltungsRaum "Stille"

01.05. - Bilder sagen mehr als Worte

Menschen - Tiere - Begegnungen

Am 01. Mai biete ich zwei tierische kostenfreie Kurz-Workshops auf unserem Hof an
(vormittags, nachmittags).

Während der Workshops wird ein Fotograf Stimmungen, Begegnungen, Atmosphäre und
euch fotografisch einfangen.

Alle Teilnehmerinnen erklären sich durch ihre Teilnahme bereit, dass ich die entstandenen
Bilder zu Präsentations- und Werbezwecken (Flyer, Internetseite, soziale Netzwerke, ...)
nutzen darf. Natürlich bekommt ihr ebenfalls eine Bildauswahl!

Wir freuen uns auf einen tollen Tag!
Anmeldungen bitte per Mail oder PN, unter Angabe, ob du vormittags oder nachmittags
dabei bist!

Vormittags: 10.00 - ca. 12.00 Uhr

Nachmittags: 14.00 - ca. 16.00 Uhr

18.05. - Begegne deinem Tier - im Licht der Traditionellen Chinesischen Medizin 🌕

In der frühlingshaften Atmosphäre unseres Begegnungshofes machen wir mit Eva Marcegaglia von Divano Animale eine spannende Entdeckungsreise zu unserer liebsten Fellnase und zu uns selbst.

Was ist ein Konstitutionstyp?

Wie verhält sich z. B. ein „Holz-Typ“ - wie ein „Metall“?

Welche Möglichkeiten ergeben sich für unser Miteinander?

Wo liegen die seelischen und körperlichen Stärken und Schwachpunkte, und wie können wir die unterschiedlichen Konstitutionstypen unterstützend begleiten?

Über Jahrtausende haben die Chinesen sich selbst und ihre Umgebung beobachtet und auf diese Weise unzählige Zusammenhänge und Gesetzmäßigkeiten entdeckt und beschrieben, welche mehr denn je neue Wege abseits der ausgetreten Pfade aufzeigen.

Die traditionelle chinesische Sichtweise gibt uns wertvolle Impulse für unser modernes Leben und viele praktische Ideen für ein tierisch harmonisches Leben in Balance.

Geleitet wird die Reise in die fernöstliche Gedankenwelt von Eva Marcegaglia, Tierärztin aus Sprockhövel mit Schwerpunkt Verhaltenstherapie und Akupunktur.

➔ www.divano-animale.de

Für wen: Für alle TierliebhaberInnen

Uhrzeit: 10.00 - 12.30 Uhr

Investition: 29,00 €

Anmeldungen PER MAIL an:

divano-animale@t-online.de

oder

kontakt@lexavoss.de

Kinderkurse:

Unsere Kinderkurse stellen eine Verbindung zwischen Kindern, Tieren und Natur her. Sie vermitteln Achtsamkeit gegenüber allen Wesen und lassen viel Raum zum Entfalten, Ausprobieren und Spass!
Auf unseren Pferden wird nicht geritten!

Zeitraumen: je 10.00 - 15.00 Uhr
Kosten: 78,00 € (inkl. Getränke & 19% MWSt)
+ ein Raufutter-Obolus nach Selbsteinschätzung
=> Bitte für die Mittagspausen ein Lunchpaket einpacken!

13. + 14.04. - Tierischer Frühling

13. + 14.07. - Tierische Sommerfrische

Tierischer Herbst (Termin folgt!)

Kinder und Tiere - eine ganz besonders wertvolle Verbindung.

Zwei Tage sind wir in der Natur und mit unseren Pferden, Schafen, Hunden und Hühnern unterwegs.

Jedes Kind kann individuell mit den Tieren wachsen, Neues ausprobieren und Bekanntes vertiefen.

Beim Mittagspicknick wird's manchmal noch musikalisch und am Ende des Kurses nimmt jedes Kind eine kleine Erinnerung mit nach Hause :-)

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr.

Druckfehler und Irrtümer sind vorbehalten.

Ich behalte mir das Recht vor, jederzeit und ohne Vorankündigungen Änderungen und Ergänzungen vorzunehmen.