

Lebensräume

Urlaubs- und Wellnessreisen

an der Nordsee im Nationalpark Wattenmeer

für Erwachsene und Kinder, Alleinerziehende, Familien



- **Landschaftserlebnistouren**
- **Naturkundliche Führungen**
- **Grüne Küche:** Smoothies und Kräutergerichte
- **Naturkunstwerke gestalten**
- **Reitpädagogik** (Reitunterricht auf Wunsch)
- **Gesundheit ganzheitlich erfahren** (Atem, Bewegung, Stille, Natur- und Gehmeditation...)
- **Lebenswege: Austausch und Reflektion:** Visionen – Situationen – Veränderungen
- **Musik,** Singen, Tanzen, Meditation
- **Wasser-** Wohlfühl-Sessions (Wassershiatsu)

- Kinderbetreuung (d.h. täglich 2-3 std. Auszeit für Eltern und Kinder möglich)
- geeignet für alleinerziehende Mütter, Väter und Familien
- Unterstützung bei der Anreise mit dem Zug (Sparpreise der Bahn)
- Angebote an günstigen Ferienwohnungen

Ort: 25881 Westerhever

Dauer: 2- 5 Tage, 1 Wochendende oder 1 Woche

Kinder: ab 3 Jahren

Seminargebühren: 260 € Erwachsene, 60€ Kinder (-12 Jahre)

Unterkunft: Ferienwohnungen oder Zimmer in Westerhever

Verpflegung: Selbstverpflegung Frühstück und Abendessen, Mittagessen gemeinsam (plus ca.40€)

Termine: An- und Abreise: jeweils mindestens 1 Tag vor und nach Seminarbeginn

So 18. 10. - Do 22. 10.2015

So 1. 11. - Do 5. 11.2015

Begleitung:

Doris Nebel: Dipl Landschaftsökologin, Natur- und Tanzpädagogin, Wattführerin seit 1989 freiberuflich mit Kindern und Erwachsenen zwischen Alpen und Wattenmeer unterwegs, Mutter einer erwachsenen Tochter, verschiedene therapeutische Aus- und Fortbildungen: (Tanztherapie, Rebirthing, Onenessuniversity, Dances of Universal Peace, Abvoon Leadership Training, Eltern- Kind Programm, Aquatische Körperarbeit, Sufi-Soulwork, Drehtanz der Derwische)

Anmeldung und Information

Doris Nebel 0151 56320848 www.dorisnebel.de