



Das Team

Sabine Heimrich



Fachkrankenschwester für Psychiatrie und Psychotherapie, Yogalehrerin, Aqua Wellness Bodyworkerin, Achtsamkeitstrainerin. Sie gibt Aqua-Wellness-Sessions in Bad Sulza.

2007 lernte sie auf Lesbos Floating im Wasser kennen. Das wohlige Spüren von Schutz und Geborgenheit und das Erleben scheinbar grenzenloser Freiheit inspirierte sie bald, dieses Gefühl auch an andere Menschen zu vermitteln. Beim Yoga bezieht sie

die Verbindung zwischen innerer und äußerer Haltung ein, gibt Raum für eigene tiefe Erfahrungen und Entspannung.

Kerstin Ramm

Promovierte Biologin, Heilerin (Master nach One Light Healing Touch), Salutogeneseberaterin und Coach in eigener Praxis bei Jena in Albersdorf. Sie gibt Seminare und Einzelbegleitung zu Heilung, Entfaltung und Bewusstseinsentwicklung.

In ihrer Arbeit geht es meist um das Gewinnen von geistiger und körperlicher Klarheit, von Orientierung und Ausrichtung als Grundlagen für Selbstheilung und Entfaltung. Die Natur ist dabei Heilungs- und Erfahrungsraum.

Mit Konzentration auf die eigenen Quellen (Potentiale) werden sogar Krisen überwindbar. Sie können eine Chance sein, ganz neue Wege zu gehen und bisher verborgene Möglichkeiten zu leben. Wir brauchen starke Wurzeln und Flügel.



Der Schlüssel zu allen Möglichkeiten liegt allein in uns selbst!

16. bis 23. August 2025

Die Seele berühren

**Energetisierende
Körper- und Bewußtseinsarbeit
im Wasser und in der Natur**

**im Milelia Inselgarten
Molivos, Griechenland**

mit
**Sabine Heimrich
und Kerstin Ramm**



Milelja Inselgarten – ein besonderer Kraftort in LESBOS bei Molivos

Nimm Dir Zeit für Entspannung und Beflügelung im wunderbaren Milelia Inselgarten. Lass Deinen Körper aufatmen. Komm Dir nahe, spüre die Verbindung zu Deiner Seele. Genieße.

Im Seminar werden wir an Land und im Wasser unsere Wahrnehmung und unser Körpergefühl stärken sowie unser Bewusstsein erweitern. Außerdem entdecken wir gemeinsam die Schönheit der Umgebung mit ihrer ursprünglichen, kraftvollen Natur.

Lohnend sind u.a. Spaziergänge zum Strand oder in den Ort Molivos, dem kleinen Weltkulturerbe-Städtchen mit seiner mittelalterlichen Burg, malerischen Altstadt, seinen kleinen Geschäften, den gastfreundlichen Menschen, dem gemütlichen Hafen und Restaurants mit kulinarischen Köstlichkeiten. Insbesondere das liebevoll angelegte und gepflegte Gelände des Milelia Inselgartens gilt seit jeher als besonderer Heilort. Wie unten zu sehen, gibt es einen 34°C warmen Außenpool, Yoga- und Meditationsraum – ein Oktagon mit Terrasse, einen Essbereich unter Palmen und liebevoll eingerichtete Zimmer und Zirkuswagen.

Wir schöpfen aus diesem reichhaltigen Angebot vor Ort und unseren inneren Schätzen. Neben dem Seminarangebot lassen wir auch Raum für Pausen und individuelle Bedürfnisse (Einzelsessions, Anwendungen und Heilbehandlungen sind zusätzlich buchbar).

Unser reichhaltiges Seminarprogramm (ca. 5-6 Stunden verteilt über den Tag mit ausreichenden Pausen)

Egal ob Du schon Vorerfahrungen mitbringst oder nicht, begleiten wir Dich gerne auf Deiner persönlichen Reise.

Körperarbeit

- achtsame Berührung, Massage, Bewegung, Yoga, Atem, Spüren, gehalten sein

Energiearbeit

- erweiterte Wahrnehmung, Achtsamkeit
- energetische Reinigung und Loslassen

Schamanische Rituale und Naturerleben

- Trommel- und Klangreisen
- Labyrinthbegehung
- Wanderungen zu magischen Kraftplätzen, Rituale

Aqua Wellness Bodywork

„...eine der angenehmsten Möglichkeiten, sich zu entspannen, loszulassen und auf eine Abenteuerreise zu gehen, die zum Ursprung führt, systematisch und intuitiv zugleich. Die Methode kombiniert Elemente aus Massage, Meditation und Körperarbeit so, dass die Bewegungsfreiheit, die das Wasser bietet, voll und ganz und genussvoll zur Geltung kommt...“

(Musia Heike Bus)

Gehalten, schwebend, sanft bis schwungvoll bewegt über und – wenn gewünscht – auch unter Wasser, kannst Du Wege nach innen erforschen, in Stille oder gebettet in Musik.

Seminar, Unterkunft, Anreise

Termin: 16.-23.08.2025

Seminarkosten: 500,- Euro p. P.; 920,-Euro pro Paar
Frühbucher 460,- Euro p.P.; 880,- Euro pro Paar
(Anmeldung bis 05.02.2025)

Unterkunft mit Frühstück: pro Person und Woche
im Doppelzimmer ab 385,-Euro
im Einzelzimmer ab 490,-Euro

Details siehe Zimmerbeschreibung unter
<https://www.milelia-inselgarten.com>

Mittagessen: leckerer Salat oder eine kleine einheimische Gaumenfreude zwischen 9,- und 12,- Euro

Poolkosten: (für unsere 34-36 °C)
einmalig ca. 70,- Euro, je nach Teilnehmerzahl

Anreise: Buchung des Fluges erfolgt eigenständig, z.B. mit Aegan Airlines; Abholung vom Flughafen kann organisiert werden, Fahrt pro Taxi ca. 70,- Euro.
Wir helfen bei Fahrgemeinschaftsbildung.

Anmeldung, nähere Infos über Sabine Heimrich
sabine-heimrich@web.de
www.sabine-heimrich.de
Telefon +49 3641 356663

