

„ZEIT FÜR SICH – FIT FÜR ALLE(S)“
Innovation braucht Regeneration – Entschleunigen in der GrimmHeimat NordHessen

Vorträge im Kolonnadensaal 6

Freitag, den 29. März

10:30 - 11:00 Uhr

Mit Entschleunigung zu Resilienz hoch 3!
Norbert Lange, Entschleunigungsstrategie

11:00 - 11:30 Uhr

Klangmassage nach Baehr – Einführung in die Wirkung der Klänge
Christian Noll, Klangraum Witzenhausen

11:30 - 12:00 Uhr

Entschleunigung – der einzige Weg in eine erfolgreiche Zukunft
Gerlinde Lamberty, Coaching und Beratung

12:00 - 12:30 Uhr

Erzählkunst aus Nordhessen – Der Geist im Glas
Kirsten Stein, Märchenerzählerin

12:30 - 13:00 Uhr

Mit Entschleunigung zu Resilienz hoch 3!
Norbert Lange, Entschleunigungsstrategie

13:00 - 13:30 Uhr

Klangmassage nach Baehr – Einführung in die Wirkung der Klänge
Christian Noll, Klangraum Witzenhausen

13:30 - 14:00 Uhr

Coaching in der Natur mit Tieren und die Wirkung von Natur und Tier auf die Psyche des Menschen
Ellen Conrad, EC Coaching

14:00 - 14:30 Uhr

Die Kunst des Schlafens – oder wie ich lerne, zu regenerieren
Gerlinde Lamberty, Coaching und Beratung

14:30 - 15:00 Uhr

Entschleunigung durch Digitalisierung – Widerspruch oder möglich?
Alexander Starke, Starke & Reichelt GmbH

15:00 - 15:30 Uhr

Erzählkunst aus Nordhessen – Das Wasser des Lebens
Kirsten Stein, Märchenerzählerin

15:30 - 16:00 Uhr

Waldbademeister – Übungen zum Waldbaden
Thomas Bröker, Gutshof Akademie

16:00 - 16:30 Uhr

Coaching in der Natur mit Tieren, und die Wirkung von Natur und Tier auf die Psyche des Menschen
Ellen Conrad, EC Coaching

16:30 - 17:00 Uhr

Entdecken Sie Ihre Glückskompetenzen
Gayala Ricoletti – art and consulting

„ZEIT FÜR SICH – FIT FÜR ALLE(S)“ Innovation braucht Regeneration – Entschleunigen in der GrimmHeimat NordHessen

Vorträge im Kolonnadensaal 6

Samstag, den 30. März

09:30 - 10:00 Uhr

Blick in den Narrenspiegel – Wellness für die Seele
Bettina Fröhlich-Burkamp, Clownin

10:00 - 10:30 Uhr

Waldbademeister – Übungen zum Waldbaden
Thomas Bröker, Gutshof Akademie

10:30 - 11:00 Uhr

Entschleunigung – der einzige Weg in eine erfolgreiche Zukunft
Gerlinde Lamberty, Coaching und Beratung

11:00 - 11:30 Uhr

Mit Entschleunigung zu Resilienz hoch 3!
Norbert Lange, Entschleunigungsstrategie

11:30 - 12:00 Uhr

Entspannen mit Klang – Vortrag mit Übungen
Caspar Harbeke, Allton Klangmöbel

12:00 - 12:30 Uhr

Die Kunst des Schlafens – oder wie ich lerne, zu regenerieren
Gerlinde Lamberty, Coaching und Beratung

12:30 - 13:00 Uhr

Waldbademeister – Übungen zum Waldbaden
Thomas Bröker, Gutshof Akademie

13:00 - 13:30 Uhr

Erzählkunst aus Nordhessen – Der Geist im Glas
Kirsten Stein, Märchenerzählerin

13:30 - 14:00 Uhr

Klangmassage nach Baehr – Einführung in die Wirkung der Klänge
Christian Noll, Klangraum Witzenhausen

14:00 - 14:30 Uhr

Vortrag und Übungen zum Bodyscan
Petra Krüger, Petra Krüger Workshops

14:30 - 15:00 Uhr

Entspannungsübungen – die Körper- und Traumreise
Daniela Friedrich, Casa Vita, ganzheitliche Erholung und Entspannung

15:00 - 15:30 Uhr

Erzählkunst aus Nordhessen – Das Wasser des Lebens
Kirsten Stein, Märchenerzählerin

15:30 - 16:00 Uhr

Vortrag und Übungen zur progressiven Muskelentspannung
Petra Krüger, Petra Krüger Workshops

16:00 - 16:30 Uhr

Entspannungsübungen – Gespräche zu Stressmanagement
Daniela Friedrich, Casa Vita, ganzheitliche Erholung und Entspannung