

# Workshop

# Frühlingserwachen

## Ein innerer Neustart zum Frühlingsanfang



20.03.26

Baccumer Mühle 3

49811 Lingen

14:00-19:00 Uhr



Investition in DICH

85,00€

[www.heilgarten-giese.de](http://www.heilgarten-giese.de)

[info@heilgarten-giese.de](mailto:info@heilgarten-giese.de)

017631461820



# Workshop

# Frühlingserwachen

## Ein innerer Neustart zum Frühlingsanfang

### Ziele des Workshops:

-  **Erkenne, was dir Energie raubt**
-  **Lass Altes liebevoll ziehen und öffne Raum für Neues**
-  **Erblühe in deiner Kraft**



[www.heilgarten-giese.de](http://www.heilgarten-giese.de)  
[info@heilgarten-giese.de](mailto:info@heilgarten-giese.de)

017631461820



# Frühlingserwachen

## Ein innerer Neustart zum Frühlingsanfang

Mit neuer Leichtigkeit und Energie in den  
Frühling starten



Der Frühlingsanfang am **20. März** ist ein kraftvoller Moment. Die Natur erwacht, Licht und Wärme kehren zurück. In uns entsteht das Bedürfnis nach Erneuerung. Dieser besondere Zeitpunkt lädt dich ein, innezuhalten, zu lauschen, Altes liebevoll ziehen zu lassen und Raum für etwas Neues zu öffnen.

**Eine Auszeit für innere Klarheit und  
frischer Energie**

Vielleicht spürst du, dass sich in DIR vieles angesammelt hat - Kreisende Gedanken, Gefühle, alte Muster, die dich klein halten, dir Energie rauben oder blockieren.

In diesem Workshop begleite ich dich dabei, dein inneres Licht anzuschalten, zu erkennen, zu erwachen, Energie zu tanken und mit Leichtigkeit, Inspiration und Freude weiter in DIR zu wachsen.

## **Was dich erwartet:**



### **Erkenne, was dir Energie raubt**

Mache eine Reise zu dir selbst und nehme wahr, was dich belastet, dir vielleicht buchstäblich auf dem Magen schlägt oder dir die Luft zum Atmen nimmt.



### **Lass Altes liebevoll ziehen und öffne Raum für Neues**

Veränderung findet in DIR statt, indem du erkennst, dich entscheidest, liebevoll loslässt, um dich so neu auf dein Leben auszurichten.



### **Erblühe in deiner Kraft**

Finde durch praxisnahe Übungen neue Ausrichtungen, Ideen für den Alltag, die DICH stärken und unterstützen.

# **Nutze den Frühlingsanfang, um bewusster, klarer und leichter in die kommende Zeit zu gehen.**

Ich freue mich darauf, diesen besonderen Moment des Neubeginns, des Erwachens gemeinsam mit dir zu erleben. Möge dir dieser Workshop ein sanfter Anstoß sein, liebevoll auf dich zu schauen, Altes zu lösen und mutig dem entgegenzugehen, was in dir neu wachsen möchte.

Lass uns gemeinsam Licht in deine innere Welt bringen – damit du gestärkt, klarer und voller Vertrauen in dein eigenes Erblühen in den Frühling starten kannst. Ich begleite dich von Herzen auf diesem Weg. 

Herzliche Grüße  
Angelika

# **Frühlingserwachen**

## **Ein innerer Neustart zum Frühlingsanfang**

**20.03.26**

**Baccumer Mühle 3**

**49811 Lingen**

**14:00-19:00 Uhr**

**Investition in DICH**

**85,00€**

**Frühbucher-/innen bezahlen bis zum  
06.02.26 - 71,00 €**



**[www.heilgarten-giese.de](http://www.heilgarten-giese.de)  
[info@heilgarten-giese.de](mailto:info@heilgarten-giese.de)  
017631461820**

