



R O O T & B L O O M

Ein Frauenkreis zum Verwurzeln, Verbinden und Aufblühen. Zeit für dich. Raum für deine Seele.

Vielleicht spürst du die Sehnsucht nach einer Pause vom Alltag. Nach einem Ort, an dem du durchatmen, die Erwartungen des Außen für einen Moment loslassen und einfach du selbst sein darfst. Und dass nicht allein für dich, sondern in einer tragenden Gemeinschaft von Frauen. Root & Bloom ist ein monatlicher Frauenkreis, der dich einlädt, wieder in Verbindung mit deiner eigenen Natur zu kommen – mit dem, was dich trägt, nährt und lebendig werden lässt.

In einem geschützten, wertschätzenden Rahmen schaffen wir Raum für echtes Miteinander, für Stille und Austausch, für Leichtigkeit und Tiefe. Alles, was da ist, darf da sein.

Durch achtsame Impulse, Naturverbundenheit, Körperwahrnehmung, Meditation, kreative Elemente und den Austausch im Kreis entsteht ein Ort, an dem du ankommen, auftanken und wachsen darfst – in deinem eigenen Tempo.

Verwurzeln: Zur Ruhe kommen, über den Körper, die eigene Stimme wieder Halt in dir selbst finden

Verbinden: Ehrlicher Austausch unter Frauen, getragen von Offenheit, Wertschätzung und Vertrauen

Aufblühen: Deine innere Schönheit und Fülle entdecken, neue Kraft schöpfen und das wachsen lassen, was in dir lebendig werden möchte.

Root & Bloom ist für Frauen, die sich nach echter Verbindung sehnen – zu sich selbst, zur Natur und zu anderen Frauen.

Einmal im Monat am Wochenende in der Natur und im Wiesenzimmer
Eine feste kleine Gruppe 3,5 Stunden pro Treffen.

Schreib mir bei Interesse: info@annahupe.de

www.annahupe.de