

# FRAUEN-TANKEN-AUSZEIT

## Verbunden sein.

Virtuell, per Zoom.

Wir lernen uns kennen,  
spüren unsere Bedürfnisse  
auf, bringen Herz und  
Verstand in Einklang - für  
mehr innere Kraft und  
Zufriedenheit.

Wir tanken auf und  
haben Spaß miteinander.

AB 31. JANUAR 2024:  
ONLINE-JAHRESGRUPPE

Kostenloser  
Schnuppertermin  
für Frauen  
am 17.01.2024

**Auszeit.**

**Info & Anmeldung**

[info@marschall-schneider.de](mailto:info@marschall-schneider.de)  
[tanja.thoma-ly@c-guidance.de](mailto:tanja.thoma-ly@c-guidance.de)

## Wir verbinden uns.

Wir nehmen uns Zeit für unsere persönliche Weiterentwicklung.

Wir tauschen uns aus und arbeiten in Klein-Gruppen.

Wir schauen dankbar auf Gutes zurück und entwickeln mehr Zuversicht und Mut.

Wir lernen Methoden kennen, um in turbulenten Zeiten gelassen zu bleiben.

## Wann?

**Mittwochs, 18 bis 20 Uhr**

31. Januar 2024

06. März

17. April

05. Juni

10. Juli

04. September

16. Oktober

27. November

**Kursgebühr 380 Euro**

für acht Online-Treffen

## Wir freuen uns auf Euch!



**Tanja Thoma-Ly**

Systemische Beraterin,  
Kommunikations-  
Trainerin



**Andrea  
Marschall-Schneider**

Systemische  
Familienberaterin,  
Entspannungspädagogin