

20 Jahre
getanzte Lebensfreude



 **Nia & mehr**

Kurse · Wochenenden · Reisen

Sabina Gade · 2020

Nia getanzte Lebensfreude

Nia zaubert ein Lächeln auf jedes Gesicht...

Es ist ein ganzheitliches Konzept, das dich auf allen Ebenen bewegt.

Elemente aus Tanz, traditionellen Kampfkünsten und heilenden
Körpertherapien verweben sich zu Musik aus aller Welt.

Einfache Schrittfolgen & fließende Bewegungen schonen die Gelenke.

Es geht ums Wohlfühlen und um Körperwahrnehmung.

Die Einladung ist, ganz bei dir anzukommen.

Nia ermöglicht ein lebendiges Körpergefühl, Kraft, Balance,
frische Energie und unglaublich viel Freude.

Seit 20 Jahren unterrichte ich Nia mit Begeisterung. Sehr gerne lasse
ich den Funken auf dich überspringen!

Wir tanzen in einem schönen, großen Raum mit Schwingparkett
und sehr guter Akustik. Deine Teilnahme ist unabhängig von Alter,
körperlicher Fitness und Vorkenntnissen. Ich freue mich auf dich.

In alle Seminarangebote fließt ein Erfahrungsschatz aus über
20 Jahren Weiterbildung in Tanz, Achtsamkeit,
Körperbewusstsein und Persönlichkeitsentfaltung.

Umfangreiche Informationen zu Nia und meiner Person
findest du auf meiner Webseite www.sabina-nia.de

Hier kannst du auch meinen Newsletter abonnieren.

Oder rufe mich ganz einfach an.



Sabina Gade

liz. Nia-Brownbelt-Lehrerin
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Systemische Therapeutin

Theodor-Storm-Str. 12
21337 Lüneburg
Tel.: 0 41 31 - 30 35 65
mail@sabina-nia.de

Bankverbindung

IBAN DE 3020 0300 0000 1527 5530 · HypoVereinsbank

Nia Kurse

Nia am Montag 18.15 – 19.25 Uhr

13. Januar bis 23. März 10x = 130,- Euro (nicht am 24. Feb.)

20. April bis 13. Juli 12x = 155,- Euro (nicht am 1. Juni)

31. August bis 2. Dezember 11x = 140,- Euro
(nicht am 14. & 21. Sept., 12. & 19. Okt., 16. & 30. Nov.)

Nia am Mittwoch 19.30 – 20.40 Uhr

15. Januar bis 25. März 10x = 130,- Euro (nicht am 29. Januar)

22. April bis 15. Juli 12x = 155,- Euro (nicht am 10. Juni)

2. Sept. bis 16. Dezember 12x = 155,- Euro
(nicht am 9. & 16. Sept., 14. & 21. Okt.)



Nia workshops

„Sounding“

Samstag, 8. Februar 2020 · 11.00 bis 13.00 Uhr

Fokus ist Tönen und Reinigung des Emotionalkörpers
mit beeindruckender Musik, ein besonderes Erlebnis. 25,- Euro

„20 Jahre Nia“ feiern

Samstag, 20. Juni 2020 · 15.00 bis 17.00 Uhr

... mit Nia & Freedance und anschließender Überraschung
in den Abend hinein 25,- Euro

Anmeldung

Bitte schriftlich bis 2 Wochen vor Kursbeginn per Anmeldeformular
bei gleichzeitiger Überweisung. Danke.

Alle Kurse sind zahlbar in zwei Etappen zu Beginn und Mitte
des Kurses. Eine Probestunde ist kostenfrei.

Der Einstieg ist jederzeit möglich, auch nach Kursbeginn.

Ort

Tanzraum Eurythmie II in der Rudolf-Steiner-Schule
Walter-Bötcher-Straße 6 · 21337 Lüneburg

Nia Wochenenden

... im Bio-Hotel Gutshaus Stellshagen

21. bis 23. Februar 2020

27. bis 29. November 2020



„20 Jahre getanzte Lebensfreude“

Ein ‚20 Jahre Nia Potpourri‘ & Freedance sorgen für gute Laune. Bewegungsmeditation & wohltuende Sequenzen am Boden runden ab und entspannen. Spüre dich und genieße. Lass‘ deine innere Sonne strahlen in der dunklen Jahreszeit und komm‘ mit mir Lebensfreude feiern!

Seminar und Unterkunft

Freitag 17.00 – 18.30 Uhr

Samstag 10.00 – 13.00 Uhr und 16.30 – 18.00 Uhr

Sonntag 10.30 – 13.00 Uhr

Drumherum bleibt Zeit, die Natur, eine Massage aus dem vielfältigen Angebot, oder das morgen- und abendliche Programmangebot des Hauses zu genießen. Wir bewegen uns in einem wunderschönen Tanzraum mit Blick über die weiten Felder.

Das renommierte Gutshaus befindet sich in idyllischer Alleinlage, 10 km entfernt vom Ostseebad Boltenhagen auf einem Kraftplatz. Es empfiehlt sich, Zeit mitzubringen. Das biologisch-vegetarische Gourmet-Bufferet ist unübertrefflich.

Das geschmackvolle Saunahaus mit seinem Naturbadeteich und das gemütliche Kaminzimmer laden ein, die Zeit zu vergessen.

Ein Tanzwochenende in Stellshagen ist wie Urlaub und wirkt lange, lange nach...

Kosten

Seminargebühr 170,- Euro / **Frühbucher** 150,- Euro

Für Frühbucher gilt Anmeldung und Überweisung bis 12. Dezember 2019 / 20. August 2020.

Plus 2 Übernachtungen inklusive vollwertigem, biologisch-vegetarischem Frühstücks- und Abendbuffet, Sauna, Programmangebot des Hauses und Transfer vom / zum Bahnhof pro Person / pro Wochenende

Typ *Erde* mit Etagedusche EZ 196,- / DZ 152,- Euro

Typ *Garten* mit Etagedusche EZ 226,- / DZ 178,- Euro

Typ *Wasser* mit Dusche / WC EZ 258,- / DZ 210,- Euro

Typ *Himmel* mit Dusche / WC EZ 284,- / DZ 232,- Euro

Typ *Sonne* mit Dusche / WC EZ 296,- / DZ 244,- Euro

Anmeldung und Überweisung

Eine frühzeitige Anmeldung ist empfehlenswert.

Die Anmeldung wird mit Überweisung der Seminargebühr verbindlich (in 2 Etappen möglich). Eine Absage bis 3 Monate vor Seminarbeginn ist kostenlos. Bei anschließender Stornierung wird die Seminargebühr einbehalten, sofern kein Ersatzteilnehmer gefunden wird.

Die Hotelkosten werden bei Abreise vor Ort gezahlt. Es gelten die Stornobedingungen des Hauses (bis 21 Tage kostenlos, anschließend 80%). Der Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung wird empfohlen. Mindestteilnehmerzahl 10 Personen.



Sommerangebot Urlaubspauschale vom 23. bis 28. August 2020

Vormittags Workshops, nachmittags und Mittwoch freie Zeit für Naturstrände, das abwechslungsreiche Hotelprogramm, ... Urlaub! Anmeldung direkt im Gutshaus telefonisch unter 038825 / 440 oder unter www.gutshaus-stellshagen.de

Nia Tanzwochenende

„20 Jahre Nia“ mit Live Musik
im Seminarhof Drawehn im Wendland
17. bis 19. Juli 2020



Wir tanzen im ‚Mandala‘, einem 130 qm großen, runden Tanzraum mit Holzschwingboden und Panoramafenstern, mitten auf der hauseigenen Wiese. Eine intensive und besondere Erfahrung ist das Tanzen zu Live Musik. Die Musiker sind sehr seminarerfahren und erschaffen wundervolle Klang- und Rhythmusräume im Wechselspiel mit der Gruppe. Ich freue mich sehr drauf!

Das Seminar ‚20 Jahre Nia‘

Morgens beginnen wir sanft mit einer Tanzmeditation.
Wir feiern Nia mit einem Potpourri aus 20 Jahren Nia & freiem Tanz.
Wohltuende Sequenzen am Boden erden und entspannen.
Der Fokus ‚getanzte Lebensfreude‘ spricht für sich & verbindet sich mit der Leichtigkeit des Sommers.

Freitag 17.00 – 18.30 Uhr Ankommen

Begrüßungsrunde und Nia-Stunde · abends Lagerfeuer

Samstag 10.00 – 12.30 Uhr Tanzmeditation, Nia
nachmittags freie Zeit · 19.30 – 22.30 Uhr Trancetanz
oder einfach Freedance mit Rishi & Dhvani, Live Musik

Sonntag 10.30 – 13.00 Uhr Nia und Freedance mit Rishi & Dhvani,
Live Musik · Abschlussrunde · **Änderungen vorbehalten**

Kosten

Seminar 200,- Euro / 180,- Euro bis 17. Februar 2020
EZ 160,- Euro · DZ 120,- Euro inkl. VP / Buffet
Ausführliche Ausschreibung unter www.sabina-nia.de

Nia Anmeldung 2020

Kurs Montag bis

Kurs Mittwoch bis

Die Kursgebühr in Höhe von Euro überweise ich bis zwei Wochen vor Kursbeginn. Bei Absage ab 2 Wochen vor Kursbeginn wird die volle Kursgebühr berechnet, wenn kein Ersatzteilnehmer gefunden wird.

Workshop ‚Titel‘ am

Wochenende* in Stellshagen vom Frühbucher

21. bis 23. Februar 2020 27. bis 29. Nov. 2020

EZ DZ Zimmertyp

„20 Jahre Nia“ mit Live Musik 17. bis 19. Juli 2020

EZ DZ

* Die Seminargebühr (in 2 Etappen möglich) überweise ich bei Anmeldung. Mit der gruppeninternen Weitergabe der Adressdaten zur Bildung von Reisegemeinschaften bin ich einverstanden. Sollte das Seminar von der Organisatorin abgesagt werden müssen, wird die Anzahlung zurückerstattet. Der Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung wird empfohlen.

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Ich nehme auf eigene Verantwortung teil und stelle die Seminarleiterin und Organisatorin von allen Haftungsansprüchen im gesetzlichen Rahmen frei. Dieses Seminar ist kein Ersatz für eine medizinische, oder psychotherapeutische Behandlung. Sollte ich körperlich und / oder seelisch nicht voll belastbar / erkrankt sein, kläre ich vorher mit meinem Arzt / Therapeuten, ob eine Teilnahme an dem Seminar selbst zu verantworten ist und informiere die Seminarleiterin bei Anmeldung und zu Beginn des Seminares darüber.
Ich erkenne die Teilnahmebedingungen laut Ausschreibung an.

Bitte sende mir den jeweils aktuellen Newsletter per E-Mail zu.

Datum / Unterschrift

Vorschau Sommerseminar 2021 vom 9. bis 11. Juli

www.seminarhof-drawehn.de

Aufstellungsseminare 2020



Sabina Gade

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Systemische Therapeutin

Um Erleichterung zu erlangen bezüglich problematischer Themen / Belastungen aus allen möglichen Bereichen, sind Aufstellungen eine hochwirksame Methode.

Systemische Verstrickungen, die sich oftmals im Verborgenen über Generationen hinweg fortgesetzt haben, werden beleuchtet und von der Seminarleiterin auf liebevolle Weise in Bewegung gebracht.

Es entsteht ein neues Bild. Altes kann aufgelöst werden. Es entwickeln sich Lösungen, die mehr Freiheit und somit ein neues Lebensgefühl mit sich bringen.

Termine 2020

9. Mai • 4. Juli • 31. Oktober

Samstags von 9.30 bis 18.30 Uhr

Kosten 150,- Euro mit eigener Aufstellung
50,- Euro als teilnehmender Beobachter beim ersten Mal,
danach frei. Ermäßigung ist nach Absprache möglich.

Ort Praxis Uhl, Am Berge 21-24
(Eingang Glockenstraße), Lüneburg

Bei Fragen zum Seminar rufen Sie mich gerne an.
Alle weiteren Informationen finden Sie unter

www.sabina-nia.de
www.bewege-bewusst.de