

# Wochenendseminar für Frauen

in der 2. Lebenshälfte vom

01.03. - 02.03.2024

---

Wie schön, dass du 'YA' gesagt hast  
und am 01. und 02.03.24 dabei bist!



**HOLE DEINE  
STÄRKEN &  
RESSOURCEN  
AN DIE  
OBERFLÄCHE**

---

## Wie schön, dass du 'YA' gesagt hast und am 01. und 02.03.24 dabei bist!

---

Wir treffen uns am 1. März 2024 um 16 Uhr in den "Entwicklungs-  
räumen" in der Dorfstraße 19, Achterwehr.

Solltest du mit dem Auto anreisen, dann nimmst du die Abfahrt 5,  
Achterwehr. Die Straße, die in den Ort hineinführt, ist bereits die  
Dorfstraße. Eine Parkmöglichkeit besteht direkt auf dem  
dazugehörigen Parkplatz (nur 3 Autos) oder beim Kajak-Verleih, Am  
Speicher 1, ca. 5 Minuten vom Seminarhaus entfernt.

Auch ein Zug (SEV) fährt direkt nach Achterwehr, wo du vom Bahnhof  
aus in nur 1 Minute am Seminarort bist.



Bitte bring eine Yogamatte und dicke Socken mit und komm in Bewegungskleidung (das muss keine Sportklamotte sein).

Um dir zwischendurch Notizen machen zu können, solltest du auch an Schreibutensilien denken.

Wasser, Snacks und ein Mittagessen erwarten dich vor Ort.

Sollten sich noch Fragen ergeben, dann kannst du uns gern schreiben oder auch in dringenden Fällen anrufen.

Hier sind nochmal unsere Kontaktdaten:

Yasemin Noll:           yasemin.noll@freenet.de  
Handy-Nummer: 01575-1067944

Antje Steenbeck:    mail@antje-steenbeck.de  
Handy-Nummer: 01525-3200321

Herzliche Grüße

*Yasemin & Antje*

**WORKING:  
ON MYSELF  
BY MYSELF  
FOR MYSELF**

