

Lujanan Mojsovski

Entdecke Dich!

Die bewegte Entspannungsreise für die Frau

27. Januar – 3. Februar 2019



Mein Name ist Lujana Mojsovski, Jahrgang 1969, mit Freude & Leidenschaft lerne ich und gebe mein Wissen gerne weiter. Meine beruflichen Qualifikationen:

Dipl. Sozialpädagogin • Humanistische & Körpertherapeutin •
Massagepraktikerin • Innovationscoach •
Gesundheitspraktikerin • Integraler Aufstellungscoach •
Trainerin für angewandte Improvisation • Auraseherin •
Entspannungs- & Tanzpädagogin

Ich schöpfe in meiner Arbeit aus einem reichhaltigen Erfahrungsschatz. Seit mehr als 25 Jahren arbeite ich nun in meiner Praxis und Mobilem Service. Ich begleite Menschen und unterstütze sie mehr zu sich und zu ihren Ressourcen zu stehen und diese anerkennend zu leben.

Meine Spezialität und mein Motto ist:

„Herzlich bewegen und berühren auf allen Ebenen“.

Dazu bediene ich mich nahezu jeden Mittels. Sicher ist mein Humor und meine Empathie, sowie meine Fähigkeit einen anderen Blickwinkel einzunehmen dabei sehr hilfreich. Auch konfrontiere und provoziere ich liebevoll wenn es das Mittel der Wahl ist. Ich bereite und gebe Raum sich zu entdecken.

Weiter habe ich Erfahrung im Bereich Gesundheitsprävention am Arbeitsplatz als Körpertherapeutin, Systemcoach und Gruppenleiterin für Improvisation. All das biete ich auch in einer privaten psychosomatischen Klinik an, wo ich sowohl einzel- als auch gruppentherapeutisch arbeite.

Vor einigen Jahren habe ich aus dem arabischen Tanz ein ganzheitliches Ganzkörpertraining für Frauen „Love your belly“ entwickelt, welches gleichermaßen stärkend, entspannend und vitalisierend ist. Bewegung und Tanz spielt in all meinen Seminaren eine wichtige Rolle.

Mir liegt es am Herzen Frauen zu Ihrer Mitte zu führen.

Sie über Bewegung ihre Weiblichkeit entdecken zu lassen, so dass sie ihre Sinnlichkeit spüren, sich von innen her auszurichten und neu erleben kann. Dabei leitet mich die Idee, dass die Tänzerin erst einmal für sich selbst tanzt, für niemand anderen sonst.

Mein Ansatz ist ganzheitlich und ressourcenorientiert.

Ich gebe Hilfe zur Selbsthilfe.

Entdecke Dich!

Ich möchte Sie heute zu einer besonderen Reise zu sich selber einladen! Entfliehen Sie dem Januar-Winter-Blues und begrüßen Sie den Frühling in Malaga, Andalusiens Herzstück. In der besonderen Atmosphäre der CASA EL MORISCO haben Sie die Gelegenheit :

- Zur Entspannung.
- Zur Regeneration.
- Etwas Neues an sich kennenzulernen.
- Sich auszuprobieren.
- Sich anzunehmen und zu verstehen.

Wir begrüßen den Tag gegen 8:00 Uhr (vor dem Frühstück), Dauer ca. 1,5 h:

Ausrichtung - geistig und körperlich

Achtsame Körperarbeit

- Tanzen
- YinYoga
- Qi Gong
- Mentales Training
- Meditation, aktiv und stille
- Gesprächsstrukturen

Der Tag steht dann zur freien Verfügung.

Um 17:00 Uhr treffen wir uns vor dem Abendessen für ca. 1,5 h. Hier biete ich ein Programm aus folgenden Elementen an:

- Improvisationstheater
- Modelaufstellungen (Systemische Arbeit)
- Bewegte Elemente
- Tiefenentspannung zum Abschluss des Tages mit einer geführten Trance, um das Erlebte und neu Erlernte zu festigen

Es ist mir wichtig, dass sich die Angebote an die Bedürfnisse der Gruppe (max. 12 Frauen) anschmiegen. Die Zeit in der CASA EL MORISCO ist auch Urlaub und Regeneration und soll nicht belasten. Ich freue mich, wenn Sie mein fundiertes, buntes Angebot nutzen, um sich neu aufzustellen im eigenen Leben. Werden Sie sich Ihrer Werte bewusst und finden Sie hier im spielerischen Umgang Lösungen für diverse Alltagsthemen.

Sei dabei!

Mein Angebot für 12 Seminareinheiten (Gruppengröße max. 12 Frauen): 440,00 € (Ein Vormittag ist zur freien Verfügung.)

Neben dem Programm besteht auch die Möglichkeit, Einzelsitzungen im Bereich Körperarbeit und lösungsorientiertem Coaching oder eine Aurasitzung bei mir zu buchen.

Kosten für eine Sitzung (80 min): 80,00 €

Für meine Seminar-Woche vom 27.01. – 03.02.2019 habe ich für meine Kurzsteilnehmer in der CASA EL MORISCO ein Zimmerkontingent reserviert, das bis zum 30. November steht:

4 Zweibettzimmer, werden mit je 2 Personen belegt:
Preis: € 595.-/Person/Woche

4 EZ mit eig. Bad, € 595.- plus EZaufpreis € 105.-,
Preis: insgesamt je € 700.-/Woche

Die Buchung beinhaltet Vollpension – wunderbares, reichhaltiges und köstliches vegetarisches Essen - inkl. Getränke und Flughafentransfer zwischen 8:00 – 20:00 Uhr.

Weitere Infos finden Sie hier auf der Website.

Mein Kurs beginnt am Sonntag, 27. Januar 2019 um 17:00 Uhr.

Bitte melden Sie sich bei mir für Ihre Teilnahme an und teilen Sie mir mit, welchen Zimmertyp Sie buchen möchten.

E-Mail: l.mojsovski@googlemail.com

Fon: 0177 2484090

Sie erhalten von mir Ihre Buchungsbestätigung und eine Rechnung. Die Gebühr für die CASA EL MORISCO wird direkt an die Casa überwiesen oder bar vor Ort bezahlt. Damit ist Ihre Buchung verbindlich. Weitere Informationen zur Stornobedingungen etc. finden Sie hier auf der Website.

Ihre An- und Abreise/Flug buchen Sie bitte selbst.

Für Fragen und Tipps stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung!

Allgemeiner Hinweis: Bitte beachten Sie, dass ich keine Reiseveranstalterin bin, sondern lediglich ein Seminar-Angebot in der CASA EL MORISCO anbiete. Es handelt sich bei meinem Angebot auch nicht um eine Therapiereise. Ich weise ausdrücklich darauf hin, dass jeder Teilnehmer freiwillig und eigenverantwortlich teilnimmt und ich keinerlei Haftung übernehme. Wir empfehlen allen Teilnehmern eigenständig einer Reiserücktrittsversicherung abzuschließen.

Haben Sie Fragen? Möchten Sie an dem Seminar „Die bewegte Entspannungsreise für die Frau“ teilnehmen? Bitte kontaktieren Sie mich über die unten genannten Möglichkeiten. Ich freue mich auf Sie!

Lujana Mojsovski

Dipl. Sozialpädagogin

Praktikerin für Wohlbefinden, Entspannung & Gesundheit

Anwendungen zur Steigerung des Wohlbefindens

Gesundheitsprävention für Jung & Alt

Mobile Massage & Entspannung am Arbeitsplatz

Fon: 0177 2484090

E-Mail: l.mojsovski@googlemail.com