

261-0425 Frauenkreis - Selbstwahrnehmung und -erforschung

Beginn	Montag, 12.01.2026, 19:30 - 21:00 Uhr
Kursgebühr	124,00 €
Dauer	10 Termine
Kursleitung	Simone Jell-Dunemann
Informationen	Zielgruppe: "Ich genieße mein Frausein in allen Facetten und freue mich, dies mit dir zu erforschen."
Kursort	vhs in der Stadtbücherei Traunstein, Haywards-Heath-Weg 1, 83278 Traunstein

Lasst uns die Energie bewusst nutzen, um nach innen zu gehen und uns auf eine Reise der Selbsterforschung im Kreis von Frauen zu begeben. In einem geschützten Raum erkunden wir unser Frausein durch Bewegung, Stimme, Atem und Begegnungsrituale – sanft, spielerisch und zugleich kraftvoll.

Wer bin ich außerhalb meiner vertrauten Persönlichkeitsstrukturen? Wie kann ich mein Frausein noch mehr genießen? Diese und andere Fragen werden uns begleiten, während wir gemeinsam neue Facetten unserer Weiblichkeit entdecken und feiern. Lass dich berühren, inspirieren und überraschen.

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung, Decke, evtl. Matte.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
12.01.2026	19:30 - 21:00 Uhr	vhs in der Stadtbücherei Traunstein, 2. OG, Raum 201
19.01.2026	19:30 - 21:00 Uhr	vhs in der Stadtbücherei Traunstein, 2. OG, Raum 201
26.01.2026	19:30 - 21:00 Uhr	vhs in der Stadtbücherei Traunstein, 2. OG, Raum 201
02.02.2026	19:30 - 21:00 Uhr	vhs in der Stadtbücherei Traunstein, 2. OG, Raum 201
09.02.2026	19:30 - 21:00 Uhr	vhs in der Stadtbücherei Traunstein, 2. OG, Raum 201
23.02.2026	19:30 - 21:00 Uhr	vhs in der Stadtbücherei Traunstein, 2. OG, Raum 201
02.03.2026	19:30 - 21:00 Uhr	vhs in der Stadtbücherei Traunstein, 2. OG, Raum 201
09.03.2026	19:30 - 21:00 Uhr	vhs in der Stadtbücherei Traunstein, 2. OG, Raum 201
16.03.2026	19:30 - 21:00 Uhr	vhs in der Stadtbücherei Traunstein, 2. OG, Raum 201
23.03.2026	19:30 - 21:00 Uhr	vhs in der Stadtbücherei Traunstein, 2. OG, Raum 201

[zur Kursdetail-Seite](#)