



Jetzt anmelden



Inklusive:

- Alle benötigten Materialien
- Workbook
- alkoholfreie Kalt-Getränke
- kleines Welcome-Präsent
- kostenloser Parkplatz

Preis: 390,00 €

Hast du Lust dabei zu sein?

Melde dich bei mir und sichere dir deinen Platz.

Nach verbindlicher Anmeldung ist dein Platz fest gebucht.

Du möchtest Vorort übernachten? Infos zu den Unterkünften sowie Buchung direkt über den Mächlerhof auf: [www.maechlerhof.de](http://www.maechlerhof.de) | Mächlerhof, 87675 Stötten am Auerberg.

**Anmeldefrist:**

Melde dich bis spätestens 01.10.2025 bei mir an und sichere dir deinen Platz!



28.11.2025 –  
30.11.2025



**Entdecke deine  
innere Kraft.**

**Begegnungswochenende für Frauen**

Ein Wochenende für DICH – Entspannung,  
Aroma-Öle, innerer Stärke und Yoga!

**Ich freue mich auf DICH!**

Deine Jasmin

Mail: [hallo@meine-wertzeit.com](mailto:hallo@meine-wertzeit.com)

Instagram: [jasmin.wertzeit](https://www.instagram.com/jasmin.wertzeit)

Website: [www.meine-wertzeit.de](http://www.meine-wertzeit.de)



# Entdecke deine innere Kraft! Erlebe das Sein in Dir.

Erlebe ein Wochenende voller Selbstfürsorge,  
Entspannung, Kreativität und innerer Stärke!

Reflektion

Achtsamkeit

Ruhe

Kraft

Ich sein

Innehalten

Gemeinschaft

## Was erwartet Dich?

Ein liebevoll gestaltetes  
Wochenende im Allgäu –  
zum Innehalten, kreativ sein,  
Auftanken mit Yoga,  
ätherischen Ölen und  
stärkenden Impulsen für  
DICH & deinen Alltag.

## Welche Themen umgeben uns?

In einer wohltuenden  
Atmosphäre schaffen wir  
Raum, unsere Rollen zu  
erkennen und  
Glaubenssätzen  
nachzuspüren – Selbstliebe  
und Selbstfürsorge neu zu  
stärken.

## Was gibt mir Energie?

Wie bleibst du bei dir – und  
in deiner Kraft, auch im  
Trubel des Alltags?  
Wie du der Erschöpfung die  
Hand schüttelst und dann  
einfach weitergehst – voller  
Energie und Strahlen.

## Entdecke deine innere Energiequelle!

Schenke Dir diese WERTZEIT  
um deine Energie in  
Balance zu führen,  
Genussmomente zu  
erleben und das Sein unter  
uns Frauen zu spüren. Für  
all das und noch mehr,  
bietet unser Wochenende  
Raum.

## Der Ablauf:

### Freitag

16:00 – ca. 18:30 Uhr:

### Samstag

09:30 – ca. 16:00 Uhr:

### Sonntag

09:30 – ca. 13:00 Uhr

**HIGHLIGHT:**  
**Herzöffnungs-Yoga**  
**mit Christa Scherl**

## Einblick in unser Wochenende:

- + Impulse für mehr Leichtigkeit in  
deinem Alltag
- + Meditationen
- + Der weibliche Zyklus und seine Wunder
- + Innere Stärke und Klarheit
- + Yoga mit Christa Scherl
- + Selbstfürsorge
- + Freies malen
- + ätherische Öle und ihre  
Unterstützung bei Stress und Zyklus

## Warum solltest Du teilnehmen?

- + Fördert Dialog & Gemeinschaft unter Frauen
- + Du bekommst Impulse wie du deine Energie  
und innere Stärke aktivierst
- + Wie du Selbstfürsorge & Leichtigkeit in  
deinem Alltag integrierst
- + Tipps und Impulse wie bspw. Energie-  
Management
- + Auszeit für Dich
- + Erwecke dein inneres Strahlen

## Ich freue mich auf Dich!

## Herzlich, Jasmin



Jetzt anmelden