

# Mutig Lieben

Entdecke dein  
erotisches  
Potenzial



## Wochenendseminare für Frauen und Männer, Singles und Paare

*bewegterleben.ch, Lägernstrasse 6, 8037 Zürich (Nähe Bahnhof Wipkingen)*

- Sa/So 3./4. Sept. 2022 • **Sinnlich berührt**  
Intensität erleben in Kontakt und Berührung
- Sa/So 22./23. Okt. 2022 • **Macht und Hingabe**  
Das Wechsel-Spiel von Führen und Sich-Fallen-Lassen
- Sa/So 26./27. Nov. 2022 • **Feuer und Flamme**  
Spielen mit Erotik und sexueller Energie

**bewegterleben.ch**

Judith Fahrni ♦ Felix Würsten

Prozessbegleitung ♦ Beziehungsberatung ♦ Sexualtherapie  
mail@bewegterleben.ch | 076 465 36 20 | www.bewegterleben.ch



## Mutig Lieben – Entdecke dein erotisches Potenzial

Du möchtest in deiner Beziehung Intensität und echte Nähe erleben. Du sehnst dich nach leidenschaftlichem, erfüllendem Sex. Doch dir fehlt der Mut, dich so zu zeigen, wie du bist. Vielleicht verlierst du in der Sexualität oder in der Beziehung den Kontakt zu dir, zu deinen Empfindungen, Bedürfnissen und Grenzen.

«**Mutig Lieben**» öffnet den Raum für tiefgreifende Erfahrungen – über körperorientierte Arbeit, Ausdruck, Bewegung, kreative Gestaltung, Meditation sowie Gespräche und Austausch in der Gruppe. Du lernst dich auf lustvolle Weise besser kennen und erfährst, wie du deine eigene Liebes- und Beziehungsfähigkeit stärken und dein sexuelles Erleben vertiefen kannst.

Entdecke mit uns, wie du wirklich mutig lieben kannst!

### Sinnlich berührt

Öffne deine Empfindungen und tauche mit uns ein in eine belebende Sinnesreise. Erfahre den achtsamen Umgang mit Nähe, Verbindung und Berührung. Achte dabei auf dich, deine Bedürfnisse und deine Grenzen.

### Macht und Hingabe

Brauchst du manchmal Mut, die Initiative zu ergreifen? Oder sehnst du dich danach, deine Kontrolle einfach aufzugeben und dich fallen zu lassen? Erforsche deine erotische Spielwiese: Gib den Ton an, überlasse dich – und bleibe doch ganz bei dir.

### Feuer und Flamme

Ein Feuer ist warm und sinnlich, glühend heiss und heftig knisternd, es verbindet, leuchtet und öffnet den Weg zur Transformation. Wenn du diese Energien in deine Sexualität integrierst, lebst du dein volles Liebespotenzial.

*Detaillierte Informationen und Anmeldung unter [bewegterleben.ch/mutig-lieben](https://bewegterleben.ch/mutig-lieben)*



### Seminarleitung

#### Judith Fahrni

Kunsttherapeutin ED, Fachrichtung Bewegungs- und Tanztherapie; dipl. Sexualtherapeutin DAS Universität Basel; Klinische Sexologin; Sozialpädagogin HF

#### Felix Würsten

Dr. phil. nat.; Prozessorientierter Tanz- und Bewegungstherapeut IAC; Prozessorientierter Coach und Supervisor bso; Sexualtherapeut

**bewegterleben.ch**

Judith Fahrni ♦ Felix Würsten

Prozessbegleitung ♦ Beziehungsberatung ♦ Sexualtherapie  
mail@bewegterleben.ch | 076 465 36 20 | www.bewegterleben.ch

