

The background image shows the interior of a rustic wooden cabin. The ceiling and walls are made of light-colored wood. Large windows on the left and right sides offer a view of a blue ocean and a sandy beach. In the foreground, there is a wooden deck with a blue patterned blanket and a grey cushion. A wicker rocking chair is visible on the right. A small television is mounted on the wall in the center.

22.-25.5.2025

La Manga de Mar Menor

ANMELDUNG BIS SPÄTESTENS 30.4.2025

MAX. 15 PERSONEN

IN LIEBE ERWACHEN
DER FRAUEN & MÄNNER KREIS 2025

ANMELDUNG BIS SPÄTESTENS 30.4.2025

MAX. 15 PERSONEN

Liebe Frauen und Männer!

Beim Bewusste Manneskraft Kongress war der Ruf wieder da einen Vorort Event zu veranstalten. In der Aufstellung hat sich der Termin 22.5.-25.5.2025 (bzw bis 26.5.2025 wenn jemand noch einen Tag bleiben möchte)

Der Fokus liegt auf Austausch, achtsamen Übungen, auf Männer Begegnungen, Frauen Begegnungen und Frau-Mann-Begegnungen.

Das Programm ist bewusst minimal gehalten, um Raum zu geben, um die Seele baumeln zu lassen, in Gespräche eintauchen und in die Ruhe gehen zu können.

Das Haus ist nach langer Suche endlich da gewesen und es eine Arte Ibiza Style mit viel Raum und Holz-Elementen. Es ist in erster Meereslinie mit direktem Strandzugang.

[Hier klicken um zu buchen>>](#)



ANMELDUNG BIS SPÄTESTENS 30.4.2025
MAX. 15 PERSONEN

Unsere Angebote für diese Tage:

Donnerstag - 22.5.2025

Anreise

18 Uhr Gemeinsames Abendessen (indisches Buffet – vegetarisch und mit Hühnchen)

20:30 Uhr Austausch und tantrische Meditation

mit vorbereitenden Übungen zum Energie Orgasmus mit Ingrid

Freitag – 23.5.2025

11 Uhr Frauenkreis mit Ingrid // Männerkreis mit Richard und Mike

13:30 Mittagessen (Salatebuffet)

15:00 Frau-Mann Begegnung mit Ingrid

17 Uhr Breathwork mit Richard

20:00 Abendessen (Pasta-Fusion)

Salsa Chillout

[Hier klicken um zu buchen>>](#)



ANMELDUNG BIS SPÄTESTENS 30.4.2025
MAX. 15 PERSONEN

Samstag – 24.5.2025

Freier Austausch oder Angebote

13:30 Mittagessen (indisches Buffet – vegetarisch und mit Hühnchen)

15:00 Tantrisches Frauen und Männer Ritual mit Ingrid

20:00 Columbian Mama Food Fusion

Freie Ausklang

Sonntag – 25.5.2025

11:00 Haka für Männer und Frauen mit Mike

13:30 Columbian Mama Food Fusion

Ausklang und Abreise für manche, andere bleiben noch bis Montag 26.5. zum Nachwirken lassen

[Hier klicken um zu buchen>>](#)



ANMELDUNG BIS SPÄTESTENS 30.4.2025
MAX. 15 PERSONEN

KOSTEN:

Der Veranstaltungsort liegt auf der La Manga del Mar Menor.

Der nächste Flughafen ist Alicante und Ryanair fliegt den Flughafen jedes Jahr an April an.

<https://www.ryanair.com/>

Du kannst natürlich auch mit dem Auto anreisen, bzw könnt ihr euch in der Telegram Gruppe austauschen, wenn ihr Fahrgemeinschaften bilden möchtet.

Abholung vom und zum Flughafen (Fahrtdauer etwa 75 Minuten): Kosten: 50€-70€ pro Fahrt – jedoch können ja mehr Personen im Auto sein.

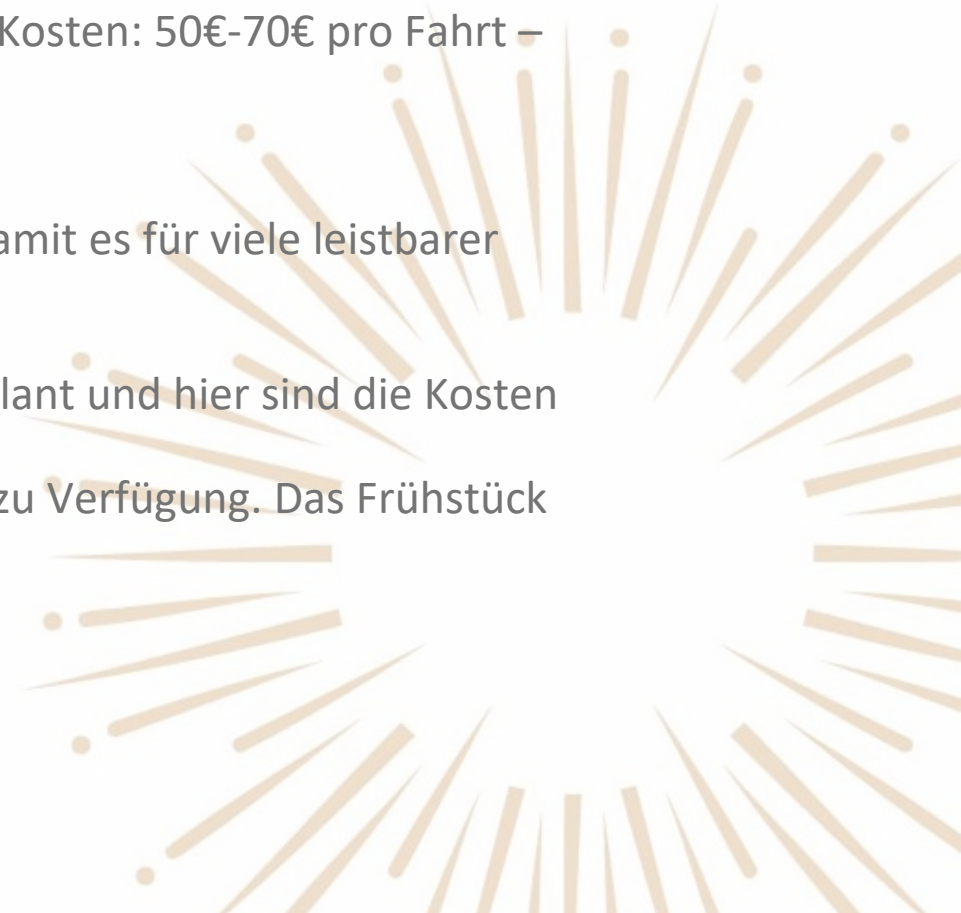
Kosten für das Seminar und die Unterkunft: 350€

Wir haben entschieden, dass wir diese Kosten zusammenfassen, damit es für viele leistbarer wird.

Verpflegung: Wir haben eine abwechslungsreiche Verpflegung geplant und hier sind die Kosten für die gesamte Zeit 120€

Für das Frühstück kaufen wir Brötchen ein und stellen Kaffee, Tee zu Verfügung. Das Frühstück ist jedoch in Eigenregie selbst zusammen zu stellen.

[Hier klicken um zu buchen>>](#)



ANMELDUNG BIS SPÄTESTENS 30.4.2025

MAX. 15 PERSONEN

FRAGEN:

Gibt es einen günstigeren Weg vom Flughafen zur Unterkunft?

Die Fahrt zur Unterkunft kann man sich teilen, sobald ich weiß, wer wann ankommt, oder auch abfliegt, kann man sich das ja ausmachen.

Kann man auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln vom Flughafen anreisen?

Es gibt Zug und Bus. Die Haltestelle weiß ich nicht genau. Das Haus ist in der Nähe von Playa de Mata Gordas. Auf der La Manga fährt immer ein Bus hin und her.

Reicht Handgepäck für den Flug?

Handgepäck reicht sicher. Ende Mai haben wir 25 Grad minimum tagsüber.

Ein Pulli für dich Nacht und ansonsten Strandkleidung. Vielleicht eine Yogamatte oder Strandtuch noch. Das wäre gut.

Welche Mahlzeiten gibt es?

Das Frühstück ist bei der 120€ Pauschale dabei, aber es muss sich einfach jeder selbst herrichten, was er, sie möchte.

Also Frühstück, Mittag, Abendessen. Das Frühstück kaufe ich, aber ihr nehmt euch in der Früh einfach was ihr braucht.

Wie wird man als Frau untergebracht? Mehrbett-Zimmer? Zelt?

Was immer auch gut für dich ist. Es sind keine Einzelzimmer vorhanden.

Es sind 6 Zimmer, 4 Bäder.



ANMELDUNG BIS SPÄTESTENS 30.4.2025
MAX. 15 PERSONEN

KURSREGELN:

Kein Alkohol

Respektvoller, achtsamer Umgang mit den Anderen

Kommunikation eigener Grenzen und Bedürfnisse – Das bedeutet, man fragt öfter mal nach und teilt auch mit, was für einen selbst passt oder nicht passt

Ein „Nein“ wird respektiert

Keine Zigaretten im Haus

Wenn mir noch etwas einfällt, sag ich es noch.

[Hier klicken um zu buchen>>](#)

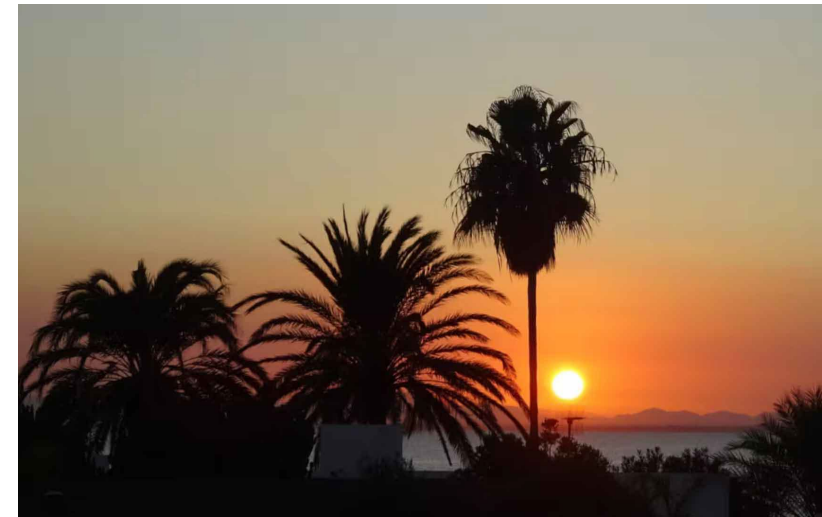


Das Haus ist in erster Meereslinie, direkt am Strand und hat max. Platz für 26 Personen. Es gibt 6 Schlafzimmer – teilweise mit Doppelbetten, teilweise mit Einzelbetten. Wir legen Frauen und Männer in den Zimmern zusammen. Gemischte Zimmer sind nicht geplant – werden sich aber von selbst ergeben ;)

[Hier klicken um zu buchen>>](#)



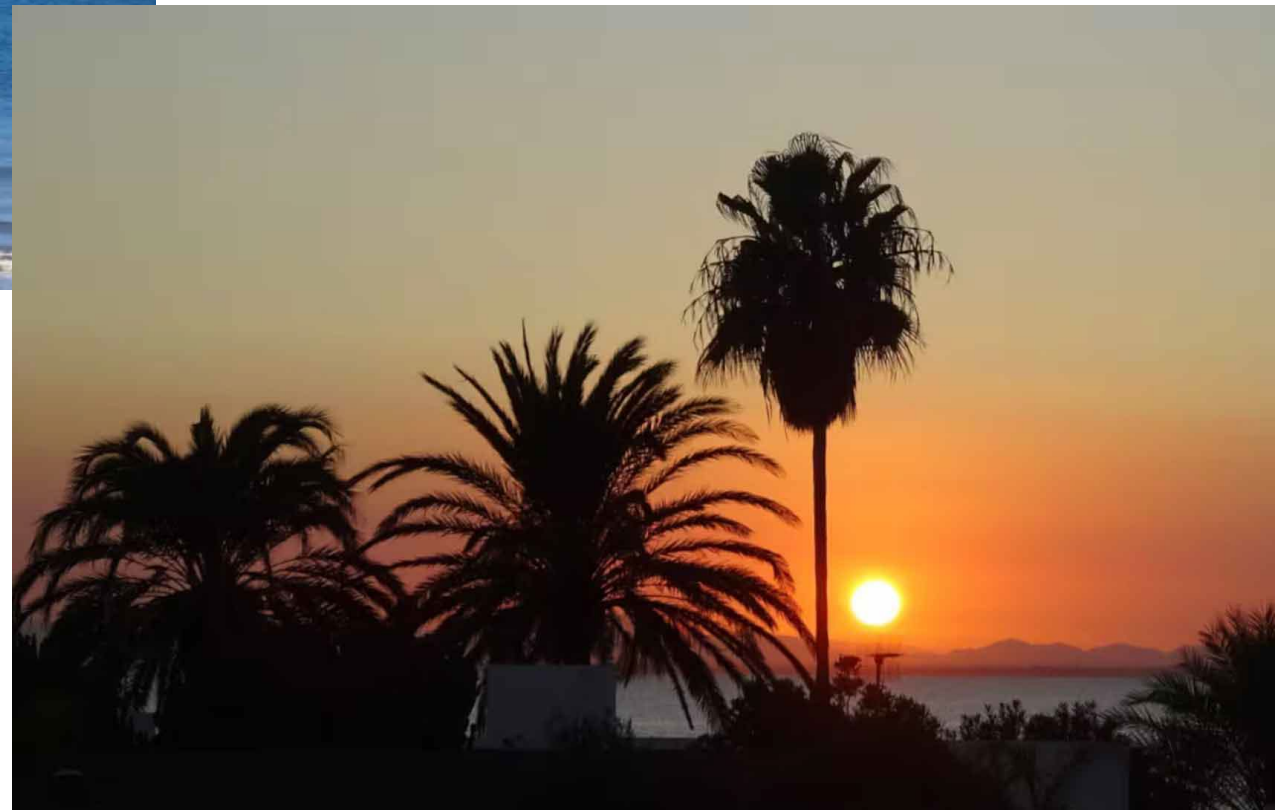
ANMELDUNG BIS SPÄTESTENS 30.4.2025
MAX. 15 PERSONEN



ANMELDUNG BIS SPÄTESTENS 30.4.2025
MAX. 15 PERSONEN



[Hier klicken um zu buchen>>](#)

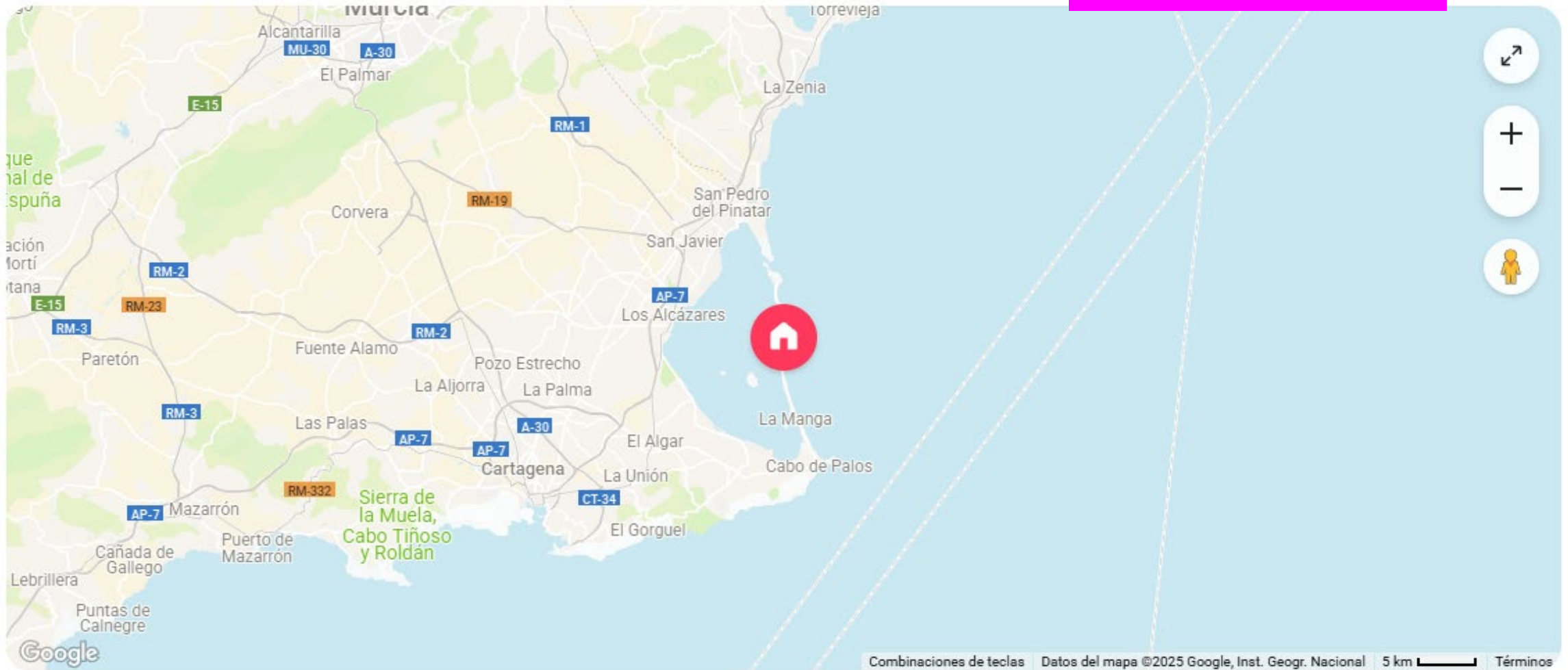


ANMELDUNG BIS SPÄTESTENS 30.4.2025
MAX. 15 PERSONEN



[Hier klicken um zu buchen>>](#)

ANMELDUNG BIS SPÄTESTENS 30.4.2025
MAX. 15 PERSONEN



[Hier klicken um zu buchen>>](#)