

RUNDEN & AB RUNDEN



Coachingcenter Natalie Uhlmann

Je me réjouis de t'accompagner!
Je te remercie pour ta confiance!

Lasst uns im Rahmen dieses Workshops den bereits zurückgelegten Weg würdigen und uns der Erneuerung zuwenden.

Wir formen aus Weinreben eine Kugel (wie auf dem Foto). Während wir diese Kugel formen, werden wir gedanklich und energetisch die verschiedenen Abschnitte und Themen unseres Lebens erkunden. Kurze, angeleitete Achtsamkeitsübungen verankern uns dabei im Hier und Jetzt.

BOUCLER LA BOUCLE

Durée : 1 journée, 8 h, de 10 h à 18 h

Version courte: 4h, de 14 h à 18 h

Prix : 250 CHF / 150 CHF

Matériel, thé / café y compris.

Lieu: A mon atelier à Münchenwiler
(à 20 min de train de Fribourg et
5 minutes à pied de la gare.)

L'atelier est proposé aux **dates** suivantes
(à choix, place limité)

I : samedi 30 mai 2026

II : samedi 13 juin (version courte)

III : dimanche 14 juin 2026

IV : dimanche 19 juillet 2026

Inscription par mail :
info@natalieuhlmann.com

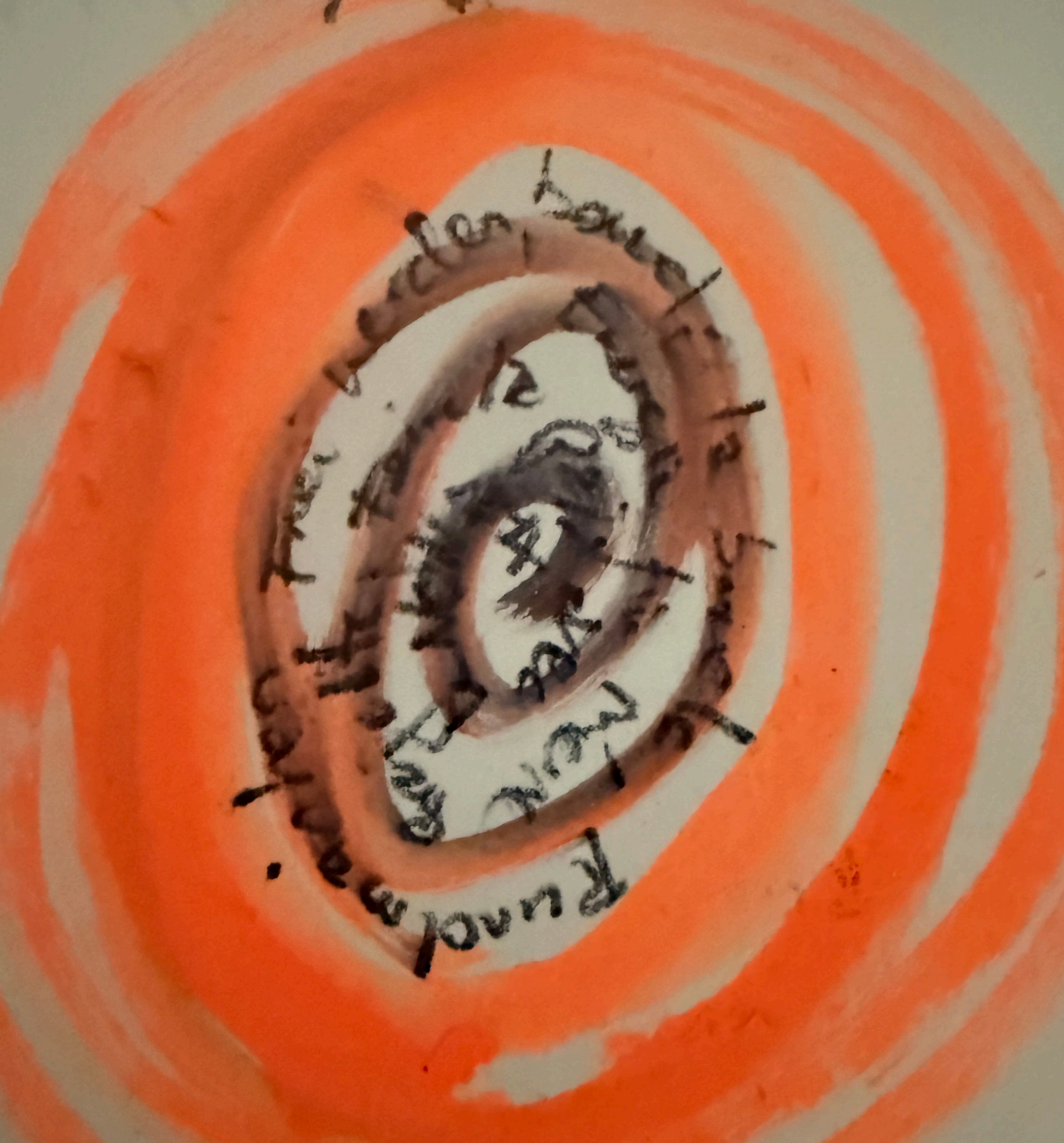
www.natalieuhlmann.com

079 445 41 36

RUNDEN & ABRUNDEN



Je me réjouis de t'accompagner!
Je te remercie pour ta confiance!
Bonne nuit
Cordialement
Natacha Uhlmann



BOUCLER LA BOUCLE



Cardinalement Natacha Uhlmann

Je me réjouis de t'accompagner!
Je te remercie pour ta confiance!

*Durant cet atelier
rendons hommage au
chemin déjà parcouru et
tournons nous vers le
(re)nouveau.*

Nous allons façonner une boule à partir de sarments de vigne (comme sur la foto). En formant notre boule, nous allons parcourir mentalement et énergétiquement les différentes étapes et thèmes de notre vie.

De petits exercices de pleine conscience guidés nous ancrerons dans l'ici et maintenant.

RUNDEN & ABRUNDEN

Dauer : 1 Tag, 8 Std , von 10 - 18 Uhr

Kurzversion: 4 Std, von 14 - 18 Uhr

Preis : 250 CHF / 150 CHF

Material, Tee / Kaffee inbegriffen.

Ort: In meinem Atelier in Münchenwiler
(20 Zugminuten von Fribourg und
5 Gehminuten vom Bahnhof.)

Das Atelier findet wahlweise an folgenden
Daten statt (sehr beschränkte Platzzahl):

I : Samstag 30. Mai 2026

II : Samstag 13. Juin (Kurzversion)

III : Sonntag 14. Juni 2026

IV : Sonntag 19. Juli 2026

Anmeldung

par mail : info@natalieuhlmann.com

www.natalieuhlmann.com

079 445 41 36

