

## Die Kraft der weiblichen Sexualität und weiter gehts!

Ein Folgekurs für eine gesunde und abwechslungsreiche Sexualität  
In Langnau 8 Personen/CHF 55.- pro Person



### Zielgruppe

- Für Frauen die den ersten Kurs besucht haben

### Kursbeschreibung

Lass dich auf einen Austausch über den Atem und die Beckenschaukel ein  
Lerne die männliche Anatomie kennen, um sie besser zu verstehen  
Erhalte weitere Werkzeuge zur Förderung deiner sexuellen Gesundheit und deines Wohlbefindens

Ein sicherer Raum, um Fragen zu stellen und das volle Potenzial deiner Sexualität immer mehr zu entfalten

### Kursinhalte

- Repetition der ersten zwei Werkzeuge Atem und Beckenschaukel
- Kurzer Einblick in die Anatomie des Mannes
- Deine Stimme ist sooooo vielseitig
- Sei achtsam mit dir und deinem Körper
- Nutze deine Fantasie

### Kursziele

- Vertiefe deine Atemtechniken und die Beckenschaukel
- Lerne die Anatomie des Mannes kennen
- Lerne durch gezielte Anwendung der verschiedenen Werkzeuge dein Körperbewusstsein zu erweitern

### Kursdauer

- 1 Abend

### Preis pro Person

- Fr. 55.-

### Kursorte

- Lebana Wegmüller, „Wörkshop Stube“, Allestrasse 10, 3550 Langnau

### Kursleitung

- Lebana Wegmüller, Integrative Paar- und Sexualberaterin/Betriebliche Mentorin eidg. FA