

WORKSHOP - WOCHENENDE FÜR MÄNNER

JAGD AUF DIE KRAFT

7 – 9. März 2025

im Blautalcenter

Blaubeurer Straße 95, 89077 Ulm

bei Hipp Kampfkunst

Lieber Mann,

kennst du das Gefühl, wenn du morgens aufwachst und der Tag schon wie eine Herausforderung erscheint? Spürst du manchmal, dass du nicht die Anerkennung und Unterstützung erhältst, die du verdienst? Wir kennen dieses Gefühl und haben einen Weg gefunden, uns von toxischen Mustern zu befreien. In unserem Workshop bieten wir dir einen Raum, um dich zu öffnen, gesellschaftliche Erwartungen abzulegen und deine wahre Kraft zu entfalten. Schließe dich uns an, wenn du in einer Gemeinschaft von Gleichgesinnten deine innere Stärke und Resilienz neu entdecken möchtest.



Workshop-Programm

Freitag, 07. März 2025

18:00 Anreise
18:30 Abendbrot & Kennenlernen
19:00 Vortrag/Diskussion „Das Männliche und Weibliche Prinzip. Aufbau eines persönlichen Weltmodells. Mann in der aktuellen Lebenssituation. Praktische Übung zur Trinität (Andre, Anton)

Samstag, 08. März 2025

06:30 – 07:15 Frühgymnastik (Rasches Aufwachen)
07:30 – 08:00 Vesper
08:30 – 09:30 Muskelkunde (Anton)
09:45 – 10:45 Zirkeltraining „10 Sekunden- Training“
11:00 – 12:00 Training der psychischen Widerstandsfähigkeit mit statischen Übungen (Daniel)
12:15 – 12:45 Lerne Dich zu verwurzeln, um in deine Innere Kraft zu kommen Teil I (Salvo)
13:00 Mittagessen
14:00 – 14:30 Wellengymnastik: Den Körper spüren und sich effizient bewegen (Anton)
14:30 – 17:00 Gruppen-Synergie mit praktischen Übungen zu 1+1=7; 1+1+1=49. Wie funktioniert es?
17:30 – 18:30 Lerne Dich zu verwurzeln, um in deine Innere Kraft zu kommen Teil II (Salvatore)
19:00 Abendbrot
20:00 Impulsvortrag: „Die 10 Herrscherbäume oder wie wir die Kraft der Natur / des Waldes effektiv nutzen können“ (Andre)

Sonntag, 09. März 2025

06:30 – 07:50 Frühgymnastik (Männer-Yoga mal anders)
07:00 – 07:30 Vesper
08:00 – 09:45 Gedächtnis und Bewegungsspiele (Andre)
10:00 – 11:30 Nachbesprechung / Abschluss
12:00 Ende



KOSTEN

EUR 135,- Pauschal pro Person

(inkl. Verpflegung, Kursgebühr, Miete der Einrichtung, Übernachtung in der Sportschule im Mattenlager – bitte Schlafsack mitbringen)

ANMELDUNG

Schreib uns eine E-Mail an:

info@kraftjagd.de

verwaltung@hippkampfkunst.de

wengchun.kaufbeuren@gmail.com

VERANSTALTER

KraftJagD • HippKampfkunst • SalvosDaoScuola



Andre



Anton



Daniel



Salvo

MEHR INFO

kraftjagd.de

hippkampfkunst.de

kung-fu-kaufbeuren.de

Verpasse nicht diese Gelegenheit, deine Kraft zu entfalten und dich mit anderen Männern zu verbinden. Sei dabei und erlebe ein Wochenende, das dich stärker und klarer macht.

Wir freuen uns, dich dabei zu haben!

