

# Sunnehus

Kur- und Bildungszentrum Wildhaus

## Männerkurs 2010

*Die Erschliessung und Pflege des inneren Reichtums erhält unsere Vitalität und Gesundheit. In Atem- und Empfindungsübungen nehmen wir die eigene Individualität wahr und finden zu innerer Ruhe.*

**Leitung:** **Margrith Schneider** (Jg. 1917), Atemtherapeutin ATLPs, Gründerin des Kur- und Bildungszentrums Sunnehus  
**Stephan Fuchs**, lic.theol., Bewegungs- Psychotherapeut BTK/SPV, Sexualtherapeut ISI

**Ort:** Kur- und Bildungszentrum Sunnehus  
9658 Wildhaus im Toggenburg, Tel. 071 998 55 55

**Zeit:** Freitag, 27.08.2010, 18 Uhr bis Sonntag, 29.08.2010, 16 Uhr

**Kosten:** Kursgeld Fr. 240.- plus Vollpension im DZ Fr. 220.- / pro Person

**Anmeldung:** [info@sunnehus.ch](mailto:info@sunnehus.ch) oder [praxis@fuchslustenberger.ch](mailto:praxis@fuchslustenberger.ch)

**Infos:** Stephan Fuchs, Obergrundstrasse 42, 6003 Luzern, 041 420 01 03

### Ablauf:

Freitag	18:15	Nachtessen
	19:30	Einstimmung mit Atem- und Empfindungsübungen
	21:00	Einzelgespräche mit der Kursleitung (auf Wunsch)
Samstag	07:45	Einstimmung in den neuen Tag
	08:00	Frühstück
	09:00	Atem- und Empfindungsübungen
	11:30	Einzelgespräche
	12:15	Mittagessen
	13:15	Einzelgespräche
	15:00	Gruppendialog über Männer-Themen und Fragen
18:15		wie Freitagabend
Sonntag		wie Samstag, Kursende ca. 16:00 Uhr