



Lady & Gentleman

Gemeinsam stärker!

14.05. - 20.05.2023

16 Frauen | 16 Männer

Inhalt des Seminars

Klischees, Rollen, toxische Männlichkeit, Feminismus, Sexualität; starkes oder schwaches Geschlecht, Patriarchat, gendern & Gender Pay Gap, #metoo, darf ich noch flirten? Amazone, Kampfesbe, Macho, Proll, Krieger, alter weißer Mann, ...

Die Debatte um Gleichberechtigung und Gleichstellung ist neben der Klimakrise und Krieg (was ja auch irgendwie mit vermeintlicher Männlichkeit zu tun hat) mitten in unserer Gesellschaft angekommen.

Zwischen den ganzen Kampfbegriffen versuchen wir die Probleme auf das wesentliche herunter zu brechen: Gewalt, Macht und tabuisierte Sexualität. Wie bewege ich mich dazwischen?

Mit der Erkenntnis dieser Probleme werden wir Lösungswege aufzuzeigen und Routinen erarbeiten. Eine Strategie für ein selbstbestimmtes und wirkmächtiges Leben, dass einem selbst Genuss und wahre Macht bringt: die Macht über sich selbst.

Unser Ansatz dazu ist vollständig logisch und nüchtern; keine speziellen Energien, irgendeine Sensibilität oder das richtige Sternzeichen sind Notwendig. Nur Erkenntnis, Logik und das Nachvollziehen von Fakten – und natürlich viel Übung mit Spaß und Entspannung dazu.

Das geht? Probieren Sie es aus. Und vielleicht wird sich ihre Sicht auf einige „Probleme“ grundsätzlich wandeln. Werden Sie zur Lady und zum Gentleman für sich selbst. Ohne Wertung des anderen Geschlechts. Weiblichkeit & Männlichkeit neu erleben und dabei viele Gemeinsamkeiten entdecken.

Wir finden unsere Weiblichkeit & Männlichkeit nicht, indem wir nackt ums Feuer tanzen. Wir tanzen nackt ums Feuer, weil es Spaß macht und genießen dabei, wer wir sind. Als Mensch, als Person, als Frau und Mann.

Die wichtigste Eigenschaft dafür ist: Mut. Und Mut kann man lernen.

„Angst entsteht im Kopf – Mut auch.“

Inhalte und Ablauf

1. Vortrag Wunsch ↔ Erwartungen
2. Vortrag Tabuthemen
3. Tanzunterricht
4. Lagerfeuer & Singen
5. Morgenmeditation
6. Schwertkampf & Nahkampf
7. Workshop Rollenspiel
8. Workshop „Das Jetzt“
9. Psychologische Nachtwanderung
10. Workshop „Was wünsche ich mir“
11. Bogenschießen
12. Workshop „Wahrnehmung“
13. Nacht der Männer
14. Workshop „Ruhe“
15. Wanderung, Pferdeführung, Picknick
16. Workshop „Kommunikation, Flirt & Ablehnung“
17. Nacht der Frauen
18. Workshop „Treppe zum Mut“
19. Workshop Lady & Gentleman
20. Geleitete Party
21. Workshop „Wer bin ich?“

Team & Trainer:innen



Bruno

Vision | Taktgeber | Coach

Tanzlehrer

Knigge-Trainer

Geschäftsführer



Lina

Eventmanagement | Mentoring | Organisation

Event-Management

Vorsitzende ECW-Event



Maïke

Kreativität | Kommunikation

Marketing

Anmeldung

Design



Jus

Martial Arts | Ressourcen Management

Recht & Finanzen

Vorsitzender ECW-Event

Geschäftsführer

Preise zur Einführung

Termin: 14.05. - 20.05.2023, Sonntag – Samstag, 7 Tage

Inklusive: Unterbringung komfortables Wohnzelt | Vegetarisches Essen in Bio-Qualität | alle Getränke | Shuttle Bahnhof | alle Workshops | Briefing & Nachbetreuung | Fragen-Hotline | Handout | Material im Wert von 550,- EUR

Datum	Alleine	Zu Zweit
bis 31.03.	1.300 €	1.100 €
bis 08.05.	1.400 €	1.200 €

Anmeldung: <https://www.sam-mentoring.de/lady-gentleman>