



Turn HER On

Ein Retreat für Frauen

...english Version below...

Wir erwecken die Kraft der Liebe, unserer Sexualität und die Weisheit unserer Körper

Bist du bereit, dir die VOLLE ERLAUBNIS zu geben, du selbst zu sein? GANZ DU SELBST. Aufzuhören, Energie damit zu verschwenden, dich zu zensieren, dich zu fragen, was du falsch machst, wo du hingehörst, Teile von dir zu beschämen, die du ablehnst, nach einem Sinn zu suchen und dich am Ende ausgelaugt, schwer und überwältigt zu fühlen?

Es ist an der Zeit, dass wir uns wieder verbinden. Alle Aspekte von uns selbst radikal zu akzeptieren. Uns lebendig und in unserem Körper zu Hause zu fühlen. UNS SELBST ANZUTURNEN und unsere Kraft zurückzufordern.

Die Kraft unseres Körpers, die sich selbst nicht in Frage stellt. Sie schwingt in uns als sexuelle Energie, Eros, bereit, die Schönheit zu erschaffen, nach der wir uns sehnen. Wir verbinden sie wieder mit der Liebe, um uns an die Unschuld unseres Wesens zurück zu erinnern und uns selbst als göttliche Ausdrucksformen des Lebens zu umarmen.

Wir schaffen einen heiligen und sicheren Raum, um uns wirklich zu öffnen und gesehen zu werden, während wir diese drei Zentren aktivieren und in die Transformation eintreten, die sie mit sich bringen. Wir werden erforschen, wie wir die Energien des Herzens, des Eros und der Wurzel in unserem Wesen verbinden und sie in unser Leben integrieren können. Wir erden diese Aktivierungen im Körper, so dass wir auf eine neue Weise in Beziehung treten, spielen und lieben können.

Dieses Retreat ist für dich, wenn du...

- ⊗ die Verbindung zu deinem Körper, deiner Seele, deiner sexuellen Energie, der Natur und anderen Frauen spüren möchtest
- ⊗ dich strahlend und lebendig fühlen willst, gesehen und gefeiert werden willst, genau so wie du bist
- ⊗ die Medizin der Verletzlichkeit in einem Gruppenraum spüren willst
- ⊗ bereit bist, deine Maske abzulegen und dich dem Unbekannten zu stellen
- ⊗ die Transformation in dein tägliches Leben integrieren möchtest
- ⊗ deine Kraft spüren willst und darin bestätigt werden willst
- ⊗ bereit bist, die wildeste und verrückteste Version von dir selbst zu treffen
- ⊗ wenn du auf der Suche nach einer Gemeinschaft bist

Was du erwarten kannst:

- › Bewegung
- › Meditation
- › Nacktheit

- › Natur und Verbindung zu den Elementen
- › Partnerübungen
- › Gruppenprozesse
- › biologische gesundes Essen
- › Tränen
- › Freude
- › Erdsauna
- › Schwimmteich
- › Tempelabend
- › ein Online-Anruf im Vorfeld,
um die Absicht festzulegen und die Gruppe kennenzulernen
- › zwei Online-Gruppenanrufe nach dem Retreat zur
zu integrieren und Gemeinschaft zu schaffen

✧ORT✧

Wunderschöner Seminarraum eine Stunde nördlich von Berlin, gut erreichbar mit öffentlichen Verkehrsmitteln und Auto. Workshop-Raum, Gemeinschaftsschlafzimmer, Privatzimmer gegen Aufpreis, Erdsauna, Schwimmteich, vegane/vegetarische/bio Ernährung

✧ZEITEN ✧.

Retreat mit physischer Anwesenheit

10. bis 12. September 2021

Zoom-Anrufe

🕒 02/09/21 - 18.00 - 19.30

....unsere Körper vorbereiten, Absichten setzen

🕒 16/09/21 - 18.00 - 19.30

....Nachsorge und Gemeinschaftsbildung

🕒 23/09/21 - 18.00 - 19.30

....Dankesreden und Feier

❖ KOSTEN UND ANMELDUNG ❖

Early Bird 333 € bis 15. August

Nach dem 15. August 366 €

*inklusive Verpflegung und Übernachtung

Anmeldung per E-Mail an info@viktorikoester.de

Reservier dir einen Platz durch die Zahlung einer nicht rückzahlbaren Anzahlung von 100 €.

Bei Stornierung aufgrund von Covid-Beschränkungen wird der volle Betrag zurückerstattet.

❖ WORKSHOP LEITER ❖

Viktoria Köster

Viki ist ein freier Geist, als Gemeinschaftsmitglied und Heilpraktikerin lebt sie sowohl auf dem Land als auch in Berlin. Sie hat eine große Leidenschaft für Bewegung und hoch schwingende Energiefelder und liebt es, Projekte zu initiieren und auf verschiedenen Spielplätzen zu tanzen. Sie lebt tief verwurzelt in

ihrem Körper und ist ein lebendiges sexuelles Wesen, das andere durch ihre Berührung und ihre Präsenz in die Kraft ihrer Körper einweihet. Sie interessiert sich für wahre, tiefe und ehrliche Verbindungen zwischen Menschen und bringt diese Qualitäten in die Welt. Zurzeit besucht und kreiert sie leidenschaftlich gerne sichere Räume in denen wir unsere Sexualität verspielt und unschuldig erforschen können und diese wieder heilig wird.

Sie ist studierte Wirtschaftswissenschaftlerin und hat die Unternehmenswelt hinter sich gelassen, um sich dem Weg der inneren Arbeit und Heilung zu widmen. Ausgebildet als Yogalehrerin in verschiedenen Schulen - hat sie viele Jahre Erfahrung im Halten von bewussten Räumen. Als zertifizierte Heilpraktikerin ist sie in verschiedenen Bereichen ausgebildet, die sich mit psychosomatischen Dynamiken beschäftigen - transformative Körperarbeit, Körperpsychotherapie, Traumaarbeit, Hypnotherapie. Sie arbeitet in ihrer Praxis sowohl in Neukölln als auch in Oranienburg.

www.viktoriakoester.com

Zsofi Bodnar

Zsofi ist eine aufgeschlossene Frau, Mutter und Mitglied einer Gemeinschaft. Durch viele Jahre ihrer persönlichen Reise hat sie sich entschieden, in ihrer Sexualität befreit zu leben, in Verbindung mit den Tiefen ihres Herzens, während sie alles in der Materie erdet. Ihre Leidenschaft ist es, andere auf ihrer Reise zum Leben zu ermutigen und ihnen Raum zu geben, um mehr und mehr von sich selbst zu erfahren und sich zu befreien. Sie hat die bedingungslose Akzeptanz und die enorme Fähigkeit einer Mutter, mit dem präsent zu sein, was ist, und allem, was entstehen will, die volle Erlaubnis zu geben. Dies führt zu Transformation, zu mehr Leben. Zsofi widmet sich diesem Weg und macht ihn für die Menschheit zugänglich und nachhaltig. Sie hat Erfahrung mit Einzelmentoring, Gruppenmoderation, Körperarbeit und all den verschiedenen Gruppenprozessen, die beim Aufbau einer bewussten Gemeinschaft entstehen. Sie ist eine 200-Stunden-Lehrerin für traditionelle Hatha-Meditation, Pranayama und Asana, eine 200-Stunden-Lehrerin für heilige tantrische Praktiken von Shakti Spirit und die meisten ihrer Erfahrungen stammen aus einem bewussten Leben, das offen für die Lebenskraft ist und sie zu Abenteuern wie Reisen, Retreats, Pflanzenmedizin, Traumata, Tod und Liebe führt.

www.touchinglifewithzsofi.com

Viki und Zsofi leben, sterben, wachsen und lieben seit mehr als einem Jahr in einer Gemeinschaft

zusammen.

.... English Version ...



Are you ready to give yourself FULL FUCKING PERMISSION to be yourself? ALL OF YOURSELF. To stop wasting energy on censoring yourself, wondering how you are wrong, where you belong, shaming parts of you you disapprove of, seeking to find meaning and end up feeling drained, heavy and overwhelmed by it all?

It's time to reconnect. To radically accept all aspects of ourselves. To feel ALIVE and at HOME in our bodies. To TURN OURSELVES ON and reclaim our power.

The Power of our body that doesn't question itself. That vibrates in us as sexual energy, Eros, ready to create the beauty we long for. Connecting it back to Love to remember the innocence of our beings and embrace ourselves as divine expressions of Life.

We are creating a sacred and safe space to truly open up and be seen as we activate these three centers and step into the transformation they bring. We will explore how to connect the energies of the Heart, Eros and Root in our beings and integrate them into our lives. Grounding these activations in the body so that we can relate, play and love in a new way.

This retreat is for you if you...

⊗ are looking to feel Connection to your body, your soul, your sexual energy, nature, and other women

⊗ want to feel radiant and alive, seen and celebrated exactly as you are

⊗ want to feel the medicine of vulnerability in a group space

⊗ are ready to take your mask off and face the unknown

⊗ are looking to integrate the transformation into your daily life

⊗ want to feel your power turned on and be witnessed in it

⊗ are ready to meet the wildest and freakiest version of yourself

☞ if you are looking to create community

What you can expect:

› movement

› meditation

› nudity

› nature and elemental connection

› partner activities

› group processes

› organic healthy food

› tears

› pleasure

› earth sauna

› swimming pond

› temple evening

› an online call beforehand to set

intention and meet the group

› two online group calls after retreat to

integrate and create community

✧LOCATION✧

Beautiful seminar space an hour North of Berlin, easily accessible by public transport and car. Workshop space, shared sleeping room, private rooms available for extra cost, earth sauna, swimming pond, vegan/vegetarian/bio food

✧TIMES ✧

In person Retreat

10th -12th September 2021

Zoom Calls

📅 02/09/21 - 18.00 - 19.30

...preparing our bodies, setting intentions

📅 16/09/21 - 18.00 - 19.30

...aftercare and community building

📅 23/09/21 - 18.00 - 19.30

...acknowledgements and celebration

✧COSTS AND REGISTRATION✧

Early Bird 333 € until August 15th

After August 15th 366 €

*including food and accomodation

Register by emailing touchinglifewithzsofi@gmail.com

and reserve your spot by paying a nonrefundable deposit of 100 €

Cancellation due to Covid restrictions will result in a full refund

✧FACILITATORS✧

Zsofi Bodnar

Zsofi is a turned on woman, mother and community member. Through many years of her personal journey, she chooses to live liberated in her sexuality, in connection with the depths of her heart while grounding it all into matter. She is passionate about initiating, encouraging and holding space for others on their journeys of coming alive and freeing up into more and more of themselves. She has the unconditional acceptance and enormous capacity of a mother for being present with what is, and giving full permission to all that wants to arise. This leads to transformation, to more Life. Zsofi is devoted to this path and making it accessible and sustainable for humanity. She has experience with one on one mentorships, group facilitation, body work and all the various group processes that arise while building a conscious community. She is a 200 hour traditional hatha meditation, pranayama and asana teacher,

200 hour Shakti Spirit sacred tantric practices facilitator and most of her experiences come from living consciously, open to life leading her on adventures of travels, retreats, plant medicines, facing traumas, deaths and Love.

www.touchinglifewithzsofi.com

Viktoria Köster

Viki is a free spirit, living as a community member and healing practitioner both on the countryside and in Berlin. Absolutely passionate about movement and high vibrating energy fields, she loves to initiate projects and to dance on different playgrounds. Living deeply grounded in her body she is a vibrant sexual being initiating others into the power of their bodies through her touch and her presence. She is dedicated to true, deep and rawly honest connections between humans and resonates these qualities into the world. Currently she is super passionate about visiting and holding safe spaces to bring our sexuality back to innocence and playfulness.

She is a studied economist, having left the corporate world behind to dedicate herself to the path of inner work and healing. Trained as a Yoga Teacher in different schools - she has many years of experience holding conscious spaces. As a certified "HeilpraktikerIn" -healing practitioner - she is trained in different fields that focus on psychosomatic dynamics - transformative bodywork, bodypsychotherapy, traumawork, hypnotherapy. She is working in her praxis in Neukölln as well as in Oranienburg.

www.viktoriakoester.com

Viki and Zsofi have been living, dying, growing and loving at the same community together for more than a year now.