

## „Die Kraft der Selbstliebe entdecken“

### Spirituelle Reise nach Avalon



Innerer Frieden und Entspannung sind aktuell unser höchstes Gut. Wie gelingt es uns im Alltag ruhig zu bleiben und auf die eigene innere Stimme zu achten?

In Glastonbury erkunden wir die Kraftorte und verbinden uns mit den hohen und wundervollen Energien von Somerset. Durch Meditation, systemische Aufstellungen, Visualisierungen und Gesprächen, finden meine Teilnehmer immer mehr zu- und jeder für sich heraus, was sich lösen und auch neu finden darf.

Wir stärken uns in der Gemeinschaft verbringen 10 wundervolle Tage miteinander.

In Avalon verbinden sich die weiblichen und männlichen Kräfte, so dass etwas völlig Neues entstehen kann. Ich begleite dich durch Aufstellungsarbeit, Visualisierungen, Chakrenharmonisierungen, Meditationen und Stille in deinem Tempo. Vielleicht findest Du deine Berufung oder etwas von dem Du nie geglaubt hättest, dass es in dir steckt. Dies ist der richtige Ort zum Vergeben und zur Neuausrichtung. Du fühlst dich ohne Angst und Unsicherheit, bist klarer und in tiefem Vertrauen.

**Angebot:** ich werde jeden Morgen eine 15-minütige Yogaeinheit anbieten, in der wir uns auf die Tagesenergie ausrichten und uns dehnen

### *Ablauf der Reise*

1. Tag: Ankunft und gemeinsames Abendessen
2. Tag: gemeinsames Frühstück und erste Erkundung der Stadt mit Besuch der Glastonbury Abbey. Hier nehmen wir das erste Mal Kontakt auf zu den Urkräften, verbinden uns mit der Energie der Ladys Chapel und erkunden den weitläufigen Park mit seinen unterschiedlichen Energien. Am Grab von König Artus verweilen wir für eine Meditation.

Evtl. Einkaufen im nahegelegenen Supermarkt oder Bioladen.

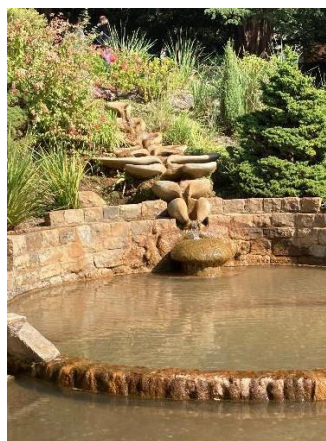
**Die nächsten Tage sind, bis auf einen festen Termin, an dem wir zum Meer fahren, relativ flexibel.**



## Chalice Well und die weiße Quelle mit Meditation und Integration deiner weiblichen Kraft und Energie

Im Garten des Friedens wirst Du zu Ruhe kommen. Wir gehen den Weg des Friedens gemeinsam, in einem Ritual verankern wir unsere Wünsche, nehmen an einer geführten Meditation am Brunnen der Chalice Well teil und verbringen den Tag in Gemeinschaft oder Du auch nur mit dir. Der Ort eignet sich hervorragend für eine Chakrenmeditation mit Harmonisierung. An der roten Quelle füllen wir unsere Flaschen mit einem kleinen Teil des Quellwassers auf. Es ist eisenhaltig und sollte in Maßen genossen werden.

Gegenüber des Gartens, befindet sich die so genannte weiße Quelle. Hier können wir täglich unser Trinkwasser beziehen und die Magie der weißen Quelle bewundern. Du kannst in die Becken tauchen, die verschiedenen Stationen und Kraftplätze der Grotte genießen, der Göttin Brigid huldigen und etwas Altes loslassen.



## Glastonbury Tor mit Meditationen und Aufstellungsarbeit

Den Tor werden wir in den kommenden Tagen immer wieder besuchen. Es gibt viele Wege um zu dem Turm, den Du in fast ganz Glastonbury sehen kannst, zu gelangen. Wir gehen den Weg der Mönche und den Weg der Priesterinnen vom See.

Hier werden wir in Aufstellungen schauen, was es zu lösen gibt. Für dich, für die Gruppe und auch für das Kollektiv. Wir binden bunte Bänder in die Bäume, um einen Anker zu setzen und werden den Ausblick genießen. Im Turm, in dem es immer windig ist, ist Zeit für ein Ritual, um dich mit deiner Energie zu verbinden.



Wir werden sowohl den Sonnenaufgang als auch den Untergang feiern und zelebrieren.



### Besuch der Stadt Wells mit Kathedrale und Shopping

In der Kathedrale von Wells regierte einst ein Bischof. Wir tauchen ein in die Energie dieses Ortes, finden den Mittelpunkt der Kirche und lassen uns auf dem Bischofsitz nieder, um die Energie zu fühlen. Auch hier ist die Verbindung der Ley Linien (männliche und weibliche Energien) stark spürbar.



## Tagesausflug nach Tintagel

Dave, ein wunderbarer Fahrer, fährt uns nach Tintagel und zur Burg in der König Artus gezeugt worden sein soll. In der Burgruine stehen noch einige Relikte aus der Zeit und der Blick über das Meer ist wundervoll. Anschließend besuchen wir die unterhalb der Burg gelegene Höhle, in der Merlin gelebt und gelehrt haben soll.

Bei Ebbe soll sogar das in Stein gehauene Abbild zu sehen sein. Nachdem wir uns nachmittags gestärkt haben, geht es dann am frühen Abend wieder zurück nach Glastonbury. Sollte die Zeit reichen, besuchen wir noch Nectan`s Glan. Einen kleinen verwunschenen Wald mit Wasserfall und voller Elfen und Feenmagie.





### The Glastonbury Goddess Temple

In Avalon begegnen wir den Priesterinnen vom See. Sie haben unterschiedliche Räumlichkeiten angemietet und empfangen hier alle Seelen, die sich angesprochen oder angezogen fühlen. Wir verweilen hier, schauen uns die Räumlichkeiten an, meditieren und verbinden uns auch hier mit der hochschwingenden Energie uralter Zeiten. Im Goddess House können wir die verschiedenen Räumlichkeiten einsehen und donnerstags ein Healing gegen eine Spende empfangen.

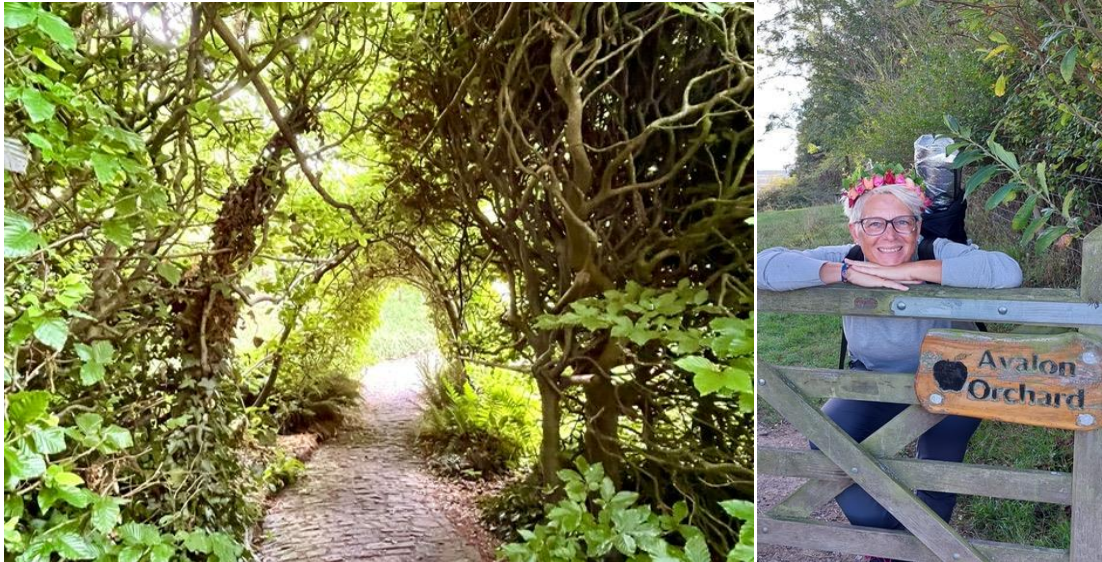
Im weiteren Verlauf besuchen wir St. Margrets Chapel, welches früher ein Armenhaus beherbergte und laufen anschließend zu Bride`s Mountain. Hier soll Josef von Arimathäa seinen Stab in die Erde gerammt haben, um seinen Standort zu markieren. Anschließend wuchs hier der Dornbusch, der in ganz Glastonbury an unterschiedlichen Stellen zu finden ist. Wir widmen uns hier der Energie und werden durch eine Visualisierung einen Chakrenausgleich durchführen.



### Merlins Orchid Garden und Tor mit Meditation

Am Fuße des Tors liegt Merlins verwunschener Apfelgarten. Dieser Ort eignet sich hervorragend um in einer Meditation Kontakt zu unserem inneren Heiler/Zauberer

aufzunehmen und die Kraft in uns zu fühlen, die wir so lange weggeschlossen haben. Anschließend steigen wir erneut auf den Tor und lassen uns den Wind der Erkenntnis um die Nase wehen.



Mir ist wichtig, dass für jeden genug Zeit bleibt zur Reflexion des Gesehenen und Gefühlten. Wir sind in dieser Stadt auf energetischem Höchstniveau, das will auch verarbeitet werden.

Außerdem wollen die herrlich verrückten *Läden und Menschen* auch gewürdigt werden. Es gibt die Möglichkeit an einem Abend in der Stadthalle zum Bingo zu gehen, dienstags ist Markttag etc.

Sollte sich in dieser Zeit ein Thema sehr stark zeigen, welches besondere Aufmerksamkeit erfordert, können bei mir auch Einzelcoachings dazugebucht werden.

Am letzten Abend wäre ein gemeinsames Abendessen schön. Es steht allerdings jedem frei, selbst zu kochen oder abends essen zu gehen. Die Gerichte bewegen sich zwischen 10 und 20 Pfund. Es gibt alle möglichen Gerichte aus aller Welt.

Am Abreisetag müssen wir in der Regel gegen 10 Uhr aus dem B&B. Nach meiner Erfahrung ist es allerdings jederzeit möglich, die Koffer noch stehen zu lassen bis zur Abreisezeit.





### Im Preis inklusive:

- 10 Tage Seminarreise, 8 volle Tage vor Ort
- Eintrittsgelder zu den im Seminarablauf genannten Stätten, außer Transfer und Eintritt zu Tintagle Castle
- Geführte Meditationen und/oder Rituale an verschiedenen Kraftorten, u.a.
  - Glastonbury Abbey
  - Rituale in der Chalice Well
  - Zeremonie in Merlins Apfel Garten
  - Sonnenauf- und Untergang am Tor
- Spirituelle Begleitung durch Iris Moche

**Für die Einreise nach England benötigst Du einen Reisepass oder einen vorläufigen Reisepass, der mindestens noch für die Dauer Deines geplanten Aufenthaltes in England gültig ist.**

### Nicht im Preis enthalten:

- Flug nach Bristol und zurück
- Transfer: Flughafen – B&B - Flughafen (kann auf Anfrage organisiert werden, eine Strecke ca. 85 Pfund pro Fahrzeug für bis zu 8 Personen). Dauer zirka 45 Minuten
- Transfer per Bus: Kosten zirka 8-10 Pfund. Dauer 2,5 Stunden
- B&B für 10 Übernachtungen in Glastonbury zirka 600 Euro im Doppelzimmer. Hierbei bin ich gerne behilflich
- Eventuelle Extraübernachtungen, sowohl vor als auch nach dem Programm, beim Buchen dieser eventuellen Extranächte, helfe ich gerne weiter.
- Mittag- & Abendessen, Getränke, Frühstück
- Fahrt nach Tintagle inklusive Trinkgeld für den Busfahrer

*Kurzfristige Änderungen des Reise- und Seminarablaufes vorbehalten, aber nicht beabsichtigt.*



### Gruppengröße:

4-8 Teilnehmer/innen

*Du benötigst wetterfeste Kleidung/Wanderschuhe, einen kleinen Rucksack, Trinkflasche und Isomatte. Und ein paar bunte Bänder oder auch Steine für die Rituale.*

### Reisepreis:

670 Euro inklusive Eintritte

Das B&B kostet zirka 600 Euro im Doppelzimmer, Flug zirka 200 Euro.

**Buchungen und Anfragen unter:** [info@irismoche.de](mailto:info@irismoche.de) oder unter

### Mindestteilnehmerzahl:

Die Reise findet ab vier Teilnehmern statt. Sollte es absehbar sein, dass die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird, informiere ich Dich umgehend darüber.

### Buchung-Anzahlung:

Fülle das Anmeldeformular vollständig und in Druckbuchstaben aus und sende es unterschrieben als Mailanhang oder per Post an:

Iris Moche  
Südstr. 66  
42697 Solingen (Deutschland)  
E-Mail: [info@irismoche.de](mailto:info@irismoche.de)  
Phone: 01776665191

Du erhältst dann von mir per E-Mail eine Eingangsbestätigung mit den Bankdaten. **20% der Reise werden bei Anmeldung fällig.** Dein Platz ist erst nach Eingang Deiner unterschriebenen Anmeldung und der Anzahlung fest gebucht. Sobald Deine Anzahlung eingegangen ist, erhältst Du eine Buchungsbestätigung.

Der **Restbetrag** ist bis spätestens **3 Monate vor Abreise** auf das angegebene Konto zu überweisen.

**Ich freue mich auf dich**