



LUST BRAUCHT RAUM

Seminare für Frauen
2022*

4-WOCHEN-PROGRAMM IN EINEM FESTEN KREIS VON FRAUEN*
MEIN EIGENES BEGEHREN

THEMENTAG INTENSIV 1

IM KÖRPER ZUHAUSE SEIN

THEMENTAG INTENSIV 2

ORGASMUS IN JEDEM LEBENSALTER

- Willst du dir Zeit für dich nehmen, für dein Frau*-Sein und deine Selbstbestimmung?
- Sehnt du dich nach Veränderung und wünschst dir Reflektion und Austausch dazu?
- Lernst du gerne von und mit anderen Frauen*?
- Entwickelst du gerne Neues für dein Sex- und Beziehungsleben?
- Ist jetzt für dich der Augenblick, dieser Sehnsucht zu folgen?

SEMINARLEITUNG



**Mirjam
Spitzner**

Paar- und
Sexualtherapeutin
Leitung HIPS

**Claudia
Osenbrügge**

Kommunikations-
trainerin (GFK)
Yogalehrerin (BDY)



**HIPS**

*Alles ist willkommen
und darf sich verändern*

HAMBURGER INSTITUT FÜR
PAARBERATUNG, SEXUALTHERAPIE
UND SEXUELLE BILDUNG



ALLE INFORMATIONEN AUF EINEN BLICK



MEIN EIGENES BEGEHREN **ONLINE**

4-Wochen-Programm • Per Zoom
In der Intimität des eigenen Zuhauses

Donnerstags, 2./9./16./23.06.2022 • 19 - 21 Uhr

IM KÖRPER ZUHAUSE SEIN **PRÄSENZ**

Thementag Intensiv 1

Samstag, 30.04.2022 • 10 - 18 Uhr

ORGASMUS IN JEDEM LEBENSALTER **PRÄSENZ**

Thementag Intensiv 2

Samstag, 27.08.2022 • 10 - 18 Uhr

SEMINARORT **PRÄSENZ**

**HIPS – Hamburger Institut für Paarberatung,
Sexualtherapie und sexuelle Bildung**
Karolinenstraße 7a
20357 Hamburg

KOSTEN PRO PERSON

Thementag intensiv 110,- EUR
4-Wochen-Programm 110,- EUR

FRAGEN UND ANMELDUNG

www.hips.de

Inhalte

- Herzraum, Schoßraum und Körpererleben
- Selbstliebe, Liebesfähigkeit und Beziehungen
- Erregung, Lust und Begehren
- Sehnsüchte, Wünsche und Phantasien
- Stolpersteine, Verletzlichkeiten und Potentiale

Für Frauen* jeder Lebens-, Liebes- und Begehrensweise, besondere Vorkenntnisse und Erfahrungen sind nicht erforderlich.