



Schelmisches Frauen-Urlaubs-Seminar im kreativ-meditativen Ouranos Club auf Korfu

27.09.- 04.10.2025

Die Clownin am Meer!

Vom Glück der Unvollkommenheit

Für neugierige lebenshungrige Frauen bis 77++, die am Meer kreativ, humorvoll & *mal ganz anders* auftanken wollen.

Sonne, Clownspiel, Strand & Schabernack... was für eine traumhafte Auszeit zum Herbstanfang!

Genüsslich am Meer sein - spielen und faulenzen. Lachen und Staunen. Urlaub mit dem Zauber der roten Nase verbinden? Auja! Das sanfte Clownin-Erwachen führt Dich zu Deiner ureigenen Kraft, um in Lebensfreude und neuer Energie zu baden. Schalte Dein Denken aus und hüpf in ein verschmitztes Abenteuer - mit „Glücks-Übung“ und Schabernack. Auftanken im Urlaub par excellence.

Kurszeit: ca. 3-4 Std./Tag, ggfs. mit kleinen Einheiten in der Natur

Tn-Zahl: max. 16 Teilnehmerinnen

Kosten: ab € 1080 (inkl. Kurs, Unterkunft, vegetarische / vegane Halb-Pension). *Ohne Flug!*

Voraussetzungen: Eigene Neugierde auf rote Nase. Stabile psychische / physische Gesundheit, „Gehfähigkeiten“ für Fuß-Wege zwischen Appartement, Kursraum, Restaurant & Strand (ca. 15 Min.).

Details zu Hotel/Umgebung: [Ouranos Club Korfu](#)

Anmeldung über mich:

Die verbindliche Buchung ist ab sofort **über das Buchungsformular** möglich.

-> Lies zunächst die Stornierungsbedingungen der AGBs. Lade Dir dann das Buchungsformular herunter und fülle es aus.

Anmerkung: Die Preise für die Verlängerungswoche sind noch unter Vorbehalt, da hier die konkreten Preise erst ab August vorliegen.

Kommst Du mit auf die zauberhafte Insel am Meer?

Weitere Details hier: www.kristinamohr.de

Kursbeschreibung:

Dieses Ferienseminar für Frauen bietet einen leichten sowie rasanten **Einstieg in die Figur der Clownin**, die in jeder von uns wohnt. Mit ihrem staunenden Herzen und der wertschätzenden Neugier lässt sie uns wie neugeboren die Welt so annehmen, wie sie ist - um sie dann auf den Kopf zu stellen. **Unter behutsamer und verschmitzter Anleitung!**

Mit humorvollen Übungen aus dem Körper- und Emotionstheater, sowie Tanz, Phantasie und Achtsamkeit wird das natürliche Spiel gefördert und ein freier Raum für das etwas andere in uns geboten: mit Neugierde, Verrücktheit und Spaß.

Als ob das freie innere Mädchen im Hier und Jetzt hervorlugt - mit Geschichten, Träumen und der Unmittelbarkeit der Gefühle. Allein die Suche danach fördert die erwachsene Unbeholfenheit des Spiels zutage und lässt **komische und berührende Situationen** entstehen.

Du bist beim Clownin-Ferien-Seminar richtig, wenn ...

- Du große Lust auf **rote Nase, komische Bewegung & Spiel** hast, ohne dass Du Vorerfahrungen mitbringen musst (die aber auch nicht hinderlich sind). Widerstände willkommen!
- Du allein reisen und eine wertschätzende **Gemeinschaft unter Frauen** jeden Alters erleben möchtest (oder mit Freundin)
- Du Dir wünschst, Alltagsgedöns, **Ernsterei und Perfektionsallüren abzulegen** und mehr über dich selbst zu lachen
- Du Dich von einer **verschmitzten behutsamen Kursleitung** anstecken und inspirieren lassen möchtest, die es liebt, Dich zum Spielen zu bringen.
- Du den Clownin-Workshop mit **viel Zeit für entspannten Urlaub** am glitzernden Meer mit Sandstrand, Olivenhain, Küstenspaziergänge, viel Grün und Café verbinden möchtest - allein oder gemeinsam, wie Du willst.

Und immer ist der eigene Genuss unser Kompass!

Kursleitung: Kristina Mohr

Die Hamburgerin ist Clownin (TuT), Saxophonistin & Dipl. Psychologin. Sie wirkt seit 2006 freiberuflich als Musikerin, Musik-Clownin und Trainerin für Clownerie & Entspannung. Geprägt ist ihre Arbeit besonders von Patch Adams, Franki Andersen (Fool), Jan Garbarek und der Achtsamkeitspraxis von Thich Nhat Hanh. Als komische Figur EMMI MEYER wurde sie Jahressiegerin der Unprojekte der europäischen Kulturhauptstadt 2010. In „Clownin Lottes Zirkus-Träume“ flog sie mit Tausenden von Kindern zum Mond - auch in Kirchen & Flüchtlingsunterkünften. Als Trainerin bietet sie seit 2004 Clownerie-Kurse für Erwachsene und entwickelte die beliebte „Glücksübung“. Seit 2014 gibt sie mit Hingabe reine Frauenkurse.

Durch ihre schelmische, achtsame und herzliche Art **springt der Funken mühelos über**: Für Lebensfreude, Schabernack und Spiel im Hier & Heute, und um beherzt "auf der Straße zu pfeifen". So wie wir sind.

