



♥ NÄHKURS - SONNENROCK ♥

NÄHMAGIE ♥ HERZNAH
Deine Begleitung zum
Wohlfühl-Gewand
Ankommen bei dir,
durch energie-
bewahrende Kleidung

♥ FÜLLE & WEIBLICHKEIT, SELBSTERMÄCHTIGUNG, WAHRHAFTIGKEIT ♥

Schön, dass du daran interessiert bist mit mir
deinen energiebewahrenden Sonnenrock zu
erschaffen.

Hier findest du allerlei Vorinformationen.

Zögere nicht mich bei weiteren Fragen oder
Unsicherheiten zu kontaktieren. Viel Freude
beim Lesen.

Kursinhalt

Gemeinsam

- ♥ bilden wir einen näh(r)enden Kreis von Frauen
- ♥ repetieren wir die Grundlagen des energiebewahrenden Nähens
- ♥ erstellen wir mit deinen Massen den Schnitt für deinen Sonnenrock
- ♥ bereiten den Stoff & Werkzeuge mit Ritualen zur Weiterverarbeitung vor
- ♥ nähen von Hand Schritt für Schritt, Stich für Stich den Sonnenrock
- ♥ thematisieren, welche Bedeutung Themen/Gefühle/Gedanken/Näh"fehler" während des Nähprozesses haben und wie wir damit umgehen können
- ♥ klären, wie du nachher zuhause weiterarbeitest
- ♥ singen, lachen, nähen, lernen

In Kleingruppen von maximal 7 TN begleite ich dich dabei
dein energiebewahrendes Kleidungsstück herzustellen
und in die Magie des energiebewahrenden Nähens einzutauchen.

WOCHENENDSEMINAR

29.-30. AUG. 2026

9 BIS 17 UHR, 280.-

ODER

DI-ABENDKURS:

8., 9., 22.9.+20., 27.10.

19 BIS 21.30 UHR, 250.-

Sonnenrock steht für Fülle und Weiblichkeit



Energiebewahrende Kleidung kurz erklärt...

- ...aus Naturstoffen
- ...freie Energiebahnen
- ...keine Kreuznähte
- ...verschlossene Nähte
- ...weite einfache Schnitte
- ...körpereigene Masse
- ...Mehrschichtigkeit
- ...von Hand genäht, oft mit rotem Faden als Verbindung zu den Ahnen
- ...Schutzfunktion gegen aussen
- ...hilft Lebenskraft zu sammeln, eigene Energie im Körper/ Energiefeld zu halten

Brauche ich Näherfahrung?

Du brauchst keine Näherfahrung. Wir nähen per Hand. Ich zeige dir die einzelnen Stiche. Alles weitere zeige ich dir im Kurs. Der Kurs ist auch für erfahrene Näherinnen geeignet, um diese besondere Art des Nähens kennen zu lernen, die stark auch mit deinem Energiesystem wirkt.

Kurskosten / Energieausgleich

Wochenendseminar: 280.- Richtpreis

Abendkurs: 250.- Richtpreise gemäss deiner persönlichen Wertschätzung und Möglichkeit.

Anzahlung von 70.- Fr. nach Anmeldung: Für Platzreservation und Kursunterlagen.

Dein Wertschätzungspreis abzüglich deiner Anzahlung in bar am ersten Kurstag oder Banküberweisung/twint.

Kursmaterial

Die Kursunterlagen bekommst du einige Wochen vor dem Kurs. Den Stoff (ca. 5 Meter) und die Werkzeuge organisierst du selbst. Die notwendigen Infos erhältst du in den Unterlagen.

Verpflegung und Übernachtung

Die Mittags-Verpflegung organisieren wir als Teilete. Übernachtung direkt vor Ort auf Anfrage möglich.

Anmeldung

Über Fragen oder deine verbindliche Anmeldung per Mail mit dem Betreff "Sonnenrock August" freue ich mich. rahel@naehmagie.ch

Gedanken sind der Anfang von Taten...

Der Sonnenrock steht für Fülle und Weiblichkeit. Bist du bereit Fülle anzunehmen? Und deine Weiblichkeit zu leben?

Voller Vorfreude Nähmagie ♥ Herznah

Rahel

Provisorisches Seminar-Programm

Tag 1- 9.00 Uhr bis 17.00 Uhr

- Einstimmungskreis
- Repetition Grundwissen
- Stoff + Werkzeuge reinigen und segnen
- Mass nehmen, Schnittmuster erstellen, Stoff zuschneiden
- nächste Arbeitsschritte besprechen
- Starten mit Nähen
- Schlusskreis

Tag 2 - 9.00 Uhr bis 17.00 Uhr

- Einstimmungskreis
- nächste Arbeitsschritte besprechen
- Nähkreis, gemeinsames Singen
- Inputs energiebewahrendes Nähen
- Raum für Austausch
- Unterstützung im Nähprozess
- Weiterarbeit zuhause klären
- Abschlusskreis



Rahel Omlin Amstalden

Nähmagie ♥ Herznah

Sachseln, Obwalden

079 545 06 50

rahel@naehmagie.ch

<https://naehmagie.ch/>