



## **Aus der Reihe “Mitglieder für Mitglieder Veranstaltungen”**

---

**28.02.2026: Spielend Klarheit, Flow & Präsenz erleben – Einführung ins Frey Spiel®,  
Ann Kristin Wiethaupt**

Ich lade Euch herzlich ein zu einem lebendigen Einblick in das Frey Spiel – ein spielerischer Weg, Leichtigkeit, Kreativität und Vorstellungskraft neu zu entdecken.

Das Frey Spiel öffnet Dir einen direkten Zugang zu Deinem Unterbewusstsein. Kein „neuer Trick“, sondern reine Biologie. Wir machen's wie die Kinder – wir fühlen im JETZT, spielen mit Enge und Weite, dehnen uns aus und erreichen Ziele im Flow, während wir Muster aufdecken.

In vier einfachen „Spiel Schritten“ folgen wir der Freude, nutzen unsere Stimme, finden unsere Fantasie wieder und bewegen das Energiepotenzial, solange bis wir uns wieder selbstverständlich fühlen – ganz wir sind.

Veränderung wird einfach möglich, weil wir lernen, mit uns selbst zu spielen statt gegen uns zu kämpfen.

Für alle, die wieder staunen und spielen wollen: erlebe selbst, wie spielerische Leichtigkeit und Bewusstsein Hand in Hand in Bewegung gehen – frisch, unmittelbar und lebendig.

### **Kurzbio Ann-Kristin Wiethaupt:**

Ann-Kristin Wiethaupt ist Feldenkrais®-Lehrerin und Frey Spiel®-Partnerin in eigener Praxis. Auf spielerische Art schafft sie Räume, in denen Menschen ihre Möglichkeiten entdecken, ihr Genie zu verkörpern und über Klarheit, Präsenz und Verkörperung zu sich selbst finden.

