

„Als Männer brauchen wir brüderliches Zusammenwirken für Würde, Verletzlichkeit und Präsenz, um in der Lage zu sein, das weibliche Geschenk zu empfangen. Das ist die persönliche und soziale Herausforderung unseres Zeitalters.“

Mark Josepchs-Serra



### Kolja Güldenber

Jg.1970, Vater einer Tochter  
Dipl. Kultur- und Theaterpädagoge,  
Mediator, Kampfkunstlehrer, Integra-  
ler Unternehmensberater. Empathie,  
spirituelle Verbindung, Gemein-  
schaftsfähigkeit und Potenzialent-  
faltung sind seine Hauptanliegen.  
[www.kolja-gueldenberg.de](http://www.kolja-gueldenberg.de)



### Sharan Thomas Gärtner

Jg. 1958, Vater von drei Töchtern  
Männertrainer und Coach, Gemein-  
schaftserfahrung seit 1983. Aus- und  
Fortbildungen in Humanistischer  
Psychologie, Körperarbeit und  
Gewaltfreier Kommunikation. Er  
arbeitet heute in einem Netzwerk mit

anderen Männer-Trainern für seine Vision von der  
„Liebe zum Mann-Sein“. [www.liebe-zum-mannsein.de](http://www.liebe-zum-mannsein.de)  
[www.liebe-ist-lernbar.de](http://www.liebe-ist-lernbar.de)

### Methoden

- Körper- und Energiearbeit, Musik, Tanz
- Achtsamkeitstraining, Stille und Meditation
- Nature walk
- Forum und Umgang mit Emotionen
- Schattenarbeit
- Werkzeuge für Kommunikation in Beziehungen
- Integrale Lebenspraxis

Wir bieten begleitende Einzelcoachings an. Das  
Jahrestraining 2025 umfaßt als fünften Archetyp den  
MYSTIKER – Intuitives Wissen und Spiritualität.

Bilder: Klara Hofinger / pixello; Dietmar Meinert / pixello.de; 13dede / sxc.hu; iamskeet/sxc.hu; Susanne Heise.

# ZEGG Männertraining Intensiv

## BEWUSST MANN SEIN

Die vier Archetypen  
als männlicher Entwicklungsweg

Die Essenz unserer Männer-Arbeit als  
Einführung oder Einstieg  
zum Jahrestraining 2025:

„Der Krieger“

Im Kreis der Männer

„Der Heiler“

Die eigene Wunde annehmen

„Der Liebhaber“

Liebe, Sex und Spirit

„Der König“

Persönliche Vision & Lebensaufgabe

„Der Mystiker“

Intuitives Wissen und Spiritualität

### Infos und Anmeldung

**Ort** ZEGG Bildungszentrum in Bad Belzig

**Zeit** Do, 5.12.24, 18.30 Uhr bis So, 8.12.24, 14 Uhr

**Kursgebühr** € 330/380 (nach Einkommen) + U/V

**Anmeldung** [www.zegg.de](http://www.zegg.de)

**Weitere Infos** Sharan Thomas Gärtner  
[info@liebe-zum-mannsein.de](mailto:info@liebe-zum-mannsein.de)  
Tel. 0173-6063794  
[www.liebe-zum-mannsein.de](http://www.liebe-zum-mannsein.de)  
[www.zegg.de/maenner](http://www.zegg.de/maenner)

# MÄNNER TRAINING INTENSIV



## Bewusst Mann Sein

5. – 8.12.2024

Krieger · Heiler · Liebhaber · König

Die vier Archetypen als  
männlicher Entwicklungsweg

Sharan Thomas Gärtner  
Kolja Güldenber

ZEGG in Bad Belzig 

