

IFS-KONFERENZ 2026

IFS und Körper: Zugang zu innerer Erfahrung

Tag 1 **Freitag, 13.11.26** ANKUNFTSZEIT AB 15:00 UHR

- 16:00 - 17:30** Möglichkeit zur Einstimmung in die Umgebung mit Stefanie Lowey von Seckendorff: Spaziergang in den Ohlstädter Wald - alternativ Möglichkeit, in die Sauna zu gehen (Treffpunkt Rezeption)
- 18:00** ABENDESSEN
- 19:30** Eröffnung durch den Vorstand & Meditation
- 20:00 - 21:00** Neue Themen, die die IFS-Welt bewegen (gr. Raum)

Tag 2 **Samstag, 14.11.26**

8:45 BEGRÜSSUNG 09:00 - 12:00 ZWEI VORTRÄGE INKL. DISKUSSION, 30 MINUTEN PAUSE ZWISCHEN DEN VORTRÄGEN (gr. Raum)

- Vortrag 1** **Tamara Thomsen/ Katharina Maaske** **IFS: aktueller Forschungsstand und Perspektiven für die Zukunft**
- Vortrag 2** **Karin Hutflötz** **Der Körper als Primärzugang zu Selbst und Teilen**
- 12:00 - 13:30** MITTAGESSEN
- 13:30 - 17:30** 4-STÜNDIGE WORKSHOPS PARALLEL STATTFINDEND (Workshopräume)
- Workshop 1** **Sibylle Halder** **Den Körper ins Gespräch bringen** - Spielerisch mit Tanz und IFS forschen
- Workshop 2** **Sebastian Herrlich/Bea Lindner** **Dein Raum** - Wie dein Körper sich unwillkürlich seinen Platz nimmt
- Workshop 3** **Heike Mayer** **Über Worte hinaus** - Wenn Teile sich somatisch über Farbe ausdrücken
- Workshop 4** **Generose Sehr** **Wie klingt das Selbst?** - Stimmarbeit mit IFS
- Workshop 5** **Martina Beckhäuser** **Körperbildarbeit im Somatic IFS** - Ein Workshop zum verkörperten Selbst-Sein
- 18:00** ABENDESSEN
- 19:30-21:00** Begegnung & WAVE im großen Raum mit Christine Bombosch

Tag 3 **Sonntag, 15.11.26**

- 08:45** Gemeinsamer Start mit bewegter Meditation (gr. Raum)
- 9:00 - 12:00** 3-STÜNDIGE WORKSHOPS PARALLEL STATTFINDEND (Workshopräume)
- Workshop 1** **Claudia Mangel** **Chronische Schmerzen** - Wie IFS Heilung unterstützt
- Workshop 2** **Karin Hutter** **Wenn Sprache Räume öffnet** - Clean Language für tiefe innere Prozesse
- Workshop 3** **Katharina Zöller** **Der Atem ist immer da** - Kontakt zum Selbst und Teilen durch den natürlichen Atem
- Workshop 4** **Elisabeth Lenzen** **Der Weisheit deines Körpers folgen** - Experencing & Sensing mit Awareness hilft dem Selbst
- 12:00 - 12:30** Feedback-Runde und Verabschiedung durch Vorstand
- 12:30 - 14:00** MITTAGESSEN & ABREISE



Anmeldung über den QR Code oder:

<https://www.eventbrite.com/e/1625134423809>

Organisation und Moderation:
Vorstandsteam IFS Germany e.V.