



„Stell dir vor, du bist ein Jahr lang Teil einer Gruppe, die dich trägt – und in der du deine eigene Schwangerschaft und Geburt so tief erforschen kannst wie nie zuvor.“

Jahresgruppe «Reise in die eigene Schwangerschaft und Geburt» nach Franz Renggli

✨ **Vier gemeinsame Wochenenden mit denselben Menschen** schaffen einen Raum, der mit jedem Treffen vertrauter, sicherer und verbindender wird.

🗋️ Du reist nicht nur einmal, sondern **mehrfach in deine vorgeburtlichen Erfahrungen**. Dadurch vertieft sich die innere Arbeit – Erkenntnisse bauen aufeinander auf.

🌙 **Weil die Gruppe gleich bleibt**, entsteht Vertrauen, das jedes Mal wächst. Du musst dich nicht ständig neu orientieren – du kannst dich **schneller öffnen**.

🌀 Durch die **Begleitung über ein ganzes Jahr** entsteht ein emotionaler und innerer Bogen, der Entwicklung möglich macht, die an einem **einzelnen Wochenende nie erreichbar** wäre.

Warum eine Jahresgruppe?

Nach vielen Seminaren kam immer wieder die gleiche Frage:

„Können wir nicht noch einmal mit denselben Leuten ein Seminar machen?“

Daraus ist die Idee der Jahresgruppe entstanden. Sie besteht aus vier Seminaren, verteilt über ein Jahr – und findet in einer festen Gruppe statt. Auch die Leitung bleibt über das ganze Jahr gleich. Das schafft Kontinuität, Verlässlichkeit und einen stabilen Rahmen.

Was bedeutet Jahresgruppe?

In jedem Seminar erlebst du wie gewohnt die „Reise in die eigene Schwangerschaft“.

Der Unterschied: Über ein Jahr hinweg triffst du an allen vier Wochenenden **immer dieselben Menschen**. Dadurch entsteht ein klarer, vertrauter Rahmen, der die Arbeit spürbar vertieft.

Was habe ich davon, wenn ich mich für die Jahresgruppe anmelde – statt für einzelne Seminare?

Aus unserer Erfahrung entsteht eine ganz besondere Dynamik, wenn eine Gruppe mehrfach gemeinsam reist. Die wiederholten Begegnungen schaffen **Verbindung, Vertrautheit und ein Gefühl von „Wir kennen uns“** – etwas, das in einzelnen Wochenenden so weniger möglich ist. Der gemeinsame Raum wird mit jedem Treffen klarer, wärmer und sicherer. Gleichzeitig wächst nach und nach das Vertrauen – und damit auch die Bereitschaft, sich gegenseitig wirklich zuzumuten. So können Erfahrungen entstehen, die viele so noch nie gemacht haben. **Und, wir können dort weitermachen, wo du beim letzten Mal standest.**

Vier Wochenenden? Wieso sehe ich nur drei?

Das vierte Wochenende findet 2027 statt. Den Termin können wir erst festlegen, wenn wir als Gruppe schauen, welches Datum für alle passt und der Raum verfügbar ist. Eine kleine Unsicherheit bleibt – aber erfahrungsgemäss finden wir immer eine gute Lösung.

Du bist einzigartig und wertvoll - mit all deinen Ecken und Kanten!
Während meiner Begleitung werden Krisen zu Chancen, Unerfülltes zu Wendepunkten,
Fesseln zu innerer Freiheit und Dein Rucksack zu einem Luftballon.



Daten: 03.-05.4.26 (Ostern), 21.-23.8., 30.10.-01.11., ... 2027

- Beginn:** Jeweils Freitag, 15 Uhr, Samstag / Sonntag, 9 Uhr
Ausnahme: *Beginn am ersten Freitag, 03.04.26 bereist um 13 Uhr mit einem kleinen, von uns vorbereiteten Mittagessen.*
- Ende:** Fr und Sa jeweils offen, am Sonntag ca. 19 Uhr (kann auch etwas später werden)
- Ort:** Basel, Praxis von Franz Renggli
Leitung: Momo (Monika) Knecht, Ania Diamantis-Glanzmann und HospitantIn
- Kosten:** 835 CHF (statt 960) pro Wochenende*
*Du sparst 125 CHF pro Wochenende – **insgesamt** 500 CHF über alle vier Treffen.
- Wichtig:** Jahresgruppe bedeutet: du meldest dich für alle vier Wochenende an.
Für den Jahreskurs gelten die AGBs „**Regelmässig fortlaufende Kurse und Gruppen**“.
Bitte bestätige bei der Anmeldung, dass du diese gelesen hast. [Zu den AGBs](#).
- Voraussetzung:** **Du hast bereits eine «Reise in die eigene Schwangerschaft und Geburt nach Franz Renggli» bei uns oder bei anderen von Franz Renggli ausgebildeten Therapeuten erlebt. Bitte bei der Anmeldung eine Bestätigung beilegen.**
- Anmeldung:** +41 (0)79 701 01 56 / mail@ania-diamantis.ch
- FAQ** Hast du Fragen zum Seminar?
Am Ende des Textes findest du die wichtigsten Antworten auf Fragen
- Kostenloser Zoomcall:** Am 13.01.26, 19.30 Uhr gibt es einen max. halbstündigen Zoomcall
Hier kannst du uns deine Fragen zur Jahresgruppe stellen.

Am selben Abend um 20.30 Uhr gibt es auch einen Zoomcall bei dem ich von der prä- und perinatalen Körper- und Traumatherapie sowie der systemischen Therapie (Familienstellen) erzähle. Du erfährst auch, wie ich diese beiden Methoden kombiniere und was das für dich bedeuten kann. Gerne darfst du an dem Abend auch deine Fragen stellen. Melde dich gerne per Mail an: mail@ania-diamantis.ch

Ania Diamantis-Glanzmann

Über Monika: Sie leitet seit Jahren als Co-Therapeutin mit Franz die regelmässig stattfindende Paar-Gruppe sowie viertägige Paarseminare und ist Teil des Teams der aktuellen Weiterbildung von ihm. Zudem arbeitet sie auch in der Einzeltherapie erfolgreich mit der Methode und bietet auch regelmässig eigene Seminare „Reise in die eigene Schwangerschaft“ an. Mehr über sie erfährst du unter: <http://www.sanmana.ch/ueber-mich>

Über Ania: Ich habe seit 2010 eine Praxis und habe von 2021 bis 2025 als Co-Ausbildnerin die letzte Weiterbildung mit Franz Renggli geleitet. Zudem habe ich mehr als drei Jahre mit ihm die wöchentlich stattfindende Mittwochsgruppe geleitet, bin seine Assistentin im Babyseminar, das jeweils über Pfingsten stattfindet und einmal im Jahr bin ich als seine Co-Therapeutin an einem viertägigen Paarseminar tätig. Zudem ist die prä- und perinatale Körper- und Traumatherapie in Ergänzung mit meinem systemischen Wissen meine Basis, die ich tagtäglich in Einzelsitzungen und Online anbiete.

Du bist einzigartig und wertvoll - mit all deinen Ecken und Kanten!
Während meiner Begleitung werden Krisen zu Chancen, Unerfülltes zu Wendepunkten,
Fesseln zu innerer Freiheit und Dein Rucksack zu einem Luftballon.



FAQ

Reise in die eigene Schwangerschaft und Geburt für Paare und Einzelpersonen

Was bedeutet „eine Reise in die eigene Schwangerschaft und Geburt“?

In dem Seminar geht es darum, dass du mit einem Thema oder Anliegen „auf die Reise“ gehst. Als Pränataltherapeutin gehe ich davon aus, dass vieles von dem, was uns heute beschäftigt, sich immer wiederholt oder uns nicht gut gelingt, seinen Ursprung in der Zeit hat, **als wir im Bauch unserer Mutter waren**. Das können auch Krankheiten oder Symptome sein, Beziehungsprobleme oder Schwierigkeiten bei der Arbeit – grundsätzlich alles, was du in deinem Leben ändern oder dem du auf den Grund gehen möchtest.

Wichtig: Ab sofort spreche ich hier nur noch von der Reise und meine damit das oben beschriebene.

Gibt es einen Weg seine Geschichte „neu zu schreiben“? Aus unserer Erfahrung: ja! Mit der prä- und perinatalen Körper- und Traumatherapie nach Franz Renggli ist eine Neuerfahrung möglich, was sich anfühlt, als hätten wir unsere Geschichte neu geschrieben.

Muss das Thema etwas sein, das mir während meiner Schwangerschaft passiert ist?

Nein, du kommst mit einem Thema oder Anliegen, das dich aktuell beschäftigt, sich wiederholt oder etwas, das du gerne ändern möchtest. Das ist der Ausgangspunkt für die Reise.

Lande ich bei meinem Prozess immer in der Schwangerschaft oder Geburt? Nein. Es kann auch sein, dass du mit deinem Thema nicht in dieser frühen Zeit ankommst. Da wir in diesem Seminar von dieser Zeit ausgehen, ist die Neuerfahrung das wichtige und nicht, in welche Zeit genau du «hinreist».

Was ist, wenn ich gar nichts weiss über meine Schwangerschaft und Geburt?

Kein Problem. Der Prozess wird uns zeigen, was aus dieser Zeit für dein Thema wichtig ist.

Sind alle meine Themen in der Schwangerschaft entstanden?

Vermutlich nicht. Es gibt noch andere Annahmen, z. B. dass etwas im Zusammenhang mit deiner Herkunftsfamilie steht oder vielleicht auch aus anderen Leben kommt. Der Vorteil, wenn du dich von mir begleiten lässt, ist, dass ich auch Systemaufstellerin DGfS (Familienaufstellerin) bin. Das heisst, ich habe Methoden, um auf deine Herkunftsfamilie zu schauen und dort, falls nötig, etwas aufzulösen. Andere Leben zeigen sich manchmal auch – hier gehen wir mit derselben Methode wie oben beschrieben vor. Du wirst verstehen, was ich meine, wenn du das selbst erlebst.

Was ist der Unterschied zwischen dieser Arbeit in einem Seminar und in der Einzeltherapie?

Der grosse Unterschied ist, dass im Seminar noch andere Menschen dabei sind. Das bedeutet: Sie gehen für dich in sogenannte „Rollen“, wodurch sich Dynamiken und Dinge zeigen, die sonst oft im Verborgenen liegen. Du kannst, wenn du magst, auch Mitreisende bei anderen Teilnehmenden sein und in sogenannte Rollen eintauchen. Dadurch kannst du viel aus anderen Prozessen mitnehmen. Durch die verschiedenen Reisen und Prozesse gewinnst du viel mehr Selbsterfahrung.

Was habe ich davon, wenn ich ein Seminar bei euch buche?

Du wirst dich, soweit du das möchtest, auf ein Anliegen oder Thema einlassen. Wir sind für dich da, begleiten dich und halten den Raum. In deiner Reise gehen wir gemeinsam mit dem, was sich bei dir zeigt – immer mit Beachten deiner Wünsche und Grenzen.

Du bist einzigartig und wertvoll - mit all deinen Ecken und Kanten!
Während meiner Begleitung werden Krisen zu Chancen, Unerfülltes zu Wendepunkten,
Fesseln zu innerer Freiheit und Dein Rucksack zu einem Luftballon.



Ich bin nicht so der „Gruppenmensch“. Gibt es die Möglichkeit, mich zurückzuziehen?

Ja, die gibt es. **Die Seminarzeiten sind fix, und wir wünschen uns, dass alle Teilnehmenden von Anfang bis Ende dabei sind.** Innerhalb des Seminars gibt es jedoch Möglichkeiten, sich hinzulegen, zu schlafen, auch mal ein bisschen rauszugehen oder sich in den Garten oder die Küche zurückzuziehen. Vieles ist in Absprache möglich. Und auch hier ist eine Neuerfahrung möglich, da du durch das Verlangsamen und die individuelle Begleitung eine ganz neue Erfahrung machen kannst.

Dein Wunsch, eine andere Erfahrung zu machen und dich in einen neuen Raum zu begeben ist die Basis, in der Heilung und Weiterentwicklung möglich ist.

Gibt es die Möglichkeit, in der Praxis zu übernachten?

Ja, das gibt es. Zu einem Unkostenbeitrag von 20.-, die in bar mitgebracht werden, stellt Franz Renggli die Räume auch zum Schlafen zur Verfügung. Du müsstest einen Schlafsack mitnehmen. Es gibt Matten (die allerdings recht hart sind) sowie Decken und Kissen, die auch während des Seminars gebraucht werden. Es gibt eine kleine Küche, allerdings nur mit einer Platte und einem Topf. Es gibt auch keine Dusche, sondern nur zwei WCs und warmes Wasser in der Küche.

Wieso ist die Zeit am Abend nicht klar begrenzt?

Die Person, die an der Reihe ist zu reisen, bekommt die Zeit, die sie braucht. Das heisst, wir können nie genau sagen, wie lange ein Prozess geht. Manchmal dauert eine Reise eine Stunde, manchmal auch drei. Wichtig ist: Die Dauer der Reise sagt nichts über die Qualität der Reise aus.

Wie setzt sich der Preis zusammen?

Für das gesamte Wochenende, inklusive:

- Zwei erfahrene Therapeutinnen – beide enge Mitarbeiterinnen von Franz Renggli
- Meistens ist zusätzlich eine gut ausgebildete Hospitantin oder ein Hospitant mit im Team
- Kostenloses Vorgespräch (20 Minuten)
- Optionales Nachgespräch (20 Minuten)
- Pausenverpflegung
- Raumkosten (50 CHF bzw. Euro pro Person)

Kostenlose Zoomcalls

Es gibt Zoomcalls, bei dem ich erkläre, wie ich die pränatale Körper- und Traumatherapie sowie die systemische Therapie kombiniere und was das für dich bedeuten kann.

Gerne darfst du deine Fragen stellen. Melde dich per E-Mail an:
mail@ania-diamantis.ch.

Du bist einzigartig und wertvoll - mit all deinen Ecken und Kanten!
Während meiner Begleitung werden Krisen zu Chancen, Unerfülltes zu Wendepunkten,
Fesseln zu innerer Freiheit und Dein Rucksack zu einem Luftballon.