



Lebens- und Begegnungshof In der Espe  
Leitung: Lexa Voss  
In der Espe 21  
45529 Hattingen

[www.begegnungshof-in-der-espe.de](http://www.begegnungshof-in-der-espe.de)  
[kontakt@lexavoss.de](mailto:kontakt@lexavoss.de)

## HerdenFeeling

Beim HerdenFeeling tauchst du in die Schafherde ein.

Eine Stunde Loslassen, im Moment sein, Kontakt genießen, Schafe erleben, Achtsamkeit, Sein. Und ganz nebenbei Abbau von Stresshormonen und Ausschüttung vom Bindungshormon Oxytocin.

„Eine Stunde bei den Schafen, ist wie eine Woche Urlaub.“

### HerdenFeeling pur

(60 min., unbegleitet, individueller Termin, auf Spendenbasis)

### HerdenFeeling individuell

(60 min., begleitet, individueller Termin, 75,00 € (inkl. 19% MWST.), max. 2 Personen)

### HerdenFeeling Family

(60 min., individueller Termin, begleitet, 75,00 € (inkl. 19% MWSt.), max. 4 Personen)

### HerdenFeeling für alle

(60 min., feste Termine, begleitet, 35,00 € p. P. (inkl. 19% MWst., max. 6 Personen)

HerdenFeeling Begleitung: Lexa Voss