

## Lustschule

**Online-Kurs: 5 Abende plus umfangreiches Video-, Audio- und Kurs-Material**

Dieser Kurs ist für Sie geeignet, wenn Sie sich eine **erfüllendere Sexualität** wünschen, mehr Lust im Leben spüren oder sich selber besser kennenlernen wollen. Wenn Sie den **Kontakt zu sich selber, zu Ihrer Lebensfreude oder zu Ihrer Sexualität verloren haben oder erweitern wollen**, bietet dieser Kurs klare Schritte und einen nährenden Frauenraum. Sie lernen mehr über weibliche Anatomie, Erregungsformen, verschiedene Berührungen der Vulva und Vagina, Fantasien und wie weibliche Sexualität funktioniert. Alle Themen erforschen wir theoretisch und mit praktischen Übungen (für zu Hause). Die Lustschule findet online in einer Kleingruppe von max. 12 Frauen statt.

## Handarbeitsabende

**Mehr Freude und Abwechslung für Ihr Liebesleben!**

Tipps und Tricks und kleine Kniffe, die das Liebesleben schöner machen: Bei den Handarbeitsabenden lernen Sie am künstlichen Modell, wie Sie mit Intim-Massagen sinnliche Berührungen und lustvolle Momente schenken können. **Ein pikanter, lehrreicher und spaßiger Abend erwartet Sie!**

Online oder als Präsenzkurs in Nürnberg



9/2021 · www.fritzdesign.de  
Irrtum/Änderung vorbehalten

### Melanie Fritz

Seit 2003 begleite ich Frauen, Männer und Paare auf ihrem persönlichen Weg. Mit meinen vielfältigen, fundierten Ausbildungen und Erfahrungen unterstütze ich sie auf ihrer individuellen Entdeckungsreise zu mehr Lebensfreude und zu erfüllter, gelebter Sexualität.

#### Meine Ausbildungen:

- Sexocorporel ZISS®-Sexualtherapie
- Systemische Sexualtherapie
- Somatic Experiencing
- Bodydynamic® Foundation Ausbildung
- Div. Tantra- und Tantra-Massage-Ausbildungen
- Gesundheitspraktikerin (BfG) für Sexualität
- Heilpraktikerin für Psychotherapie

Videos zu meiner Arbeit und dem Thema Sexualität finden Sie auf meinem YouTube-Kanal:  
[www.melanie-fritz.com/youtube](http://www.melanie-fritz.com/youtube)

**Melanie Fritz**, Sexologin  
Marie-Curie-Straße 5 · 91052 Erlangen  
Telefon 0176.84 00 63 34  
E-Mail [mf@melanie-fritz.com](mailto:mf@melanie-fritz.com)  
[www.melanie-fritz.com](http://www.melanie-fritz.com)

Melanie Fritz, Sexologin  
Gesundheitspraktikerin (BfG) für Sexualität

## Weibliche Sexualität neu erleben



- Sexualberatung
- Sexual-Paarberatung
- Lustschule für Frauen
- Handarbeitsabende

Ausführliche Informationen und Termine unter

[www.melanie-fritz.com](http://www.melanie-fritz.com)

[www.melanie-fritz.com](http://www.melanie-fritz.com)



Gerne beantworte ich Ihre Fragen und erläutere Ihnen meine Angebote – Sie erreichen mich unter Tel. 0176.84 00 63 34 oder [mf@melanie-fritz.com](mailto:mf@melanie-fritz.com)

„Bewusst erlebte Sexualität ist ein Weg zu mehr Lebenslust – und der Weg dahin ist für jede Frau begehbar!“

**Glauben Sie daran, dass Sexualität noch mehr oder besser sein kann als das, was Sie bisher kennen? Wollen Sie mehr sexuelle Lust und Freude in Ihrem Leben spüren? Haben Sie das Gefühl, dass es da noch mehr für Sie gibt?**

Ich lade Sie ein auf eine Reise zu sich selbst, zu Ihren sexuellen Wünschen und zu der Sexualität, die für Sie die genau Passende ist. Sie erforschen, was Sie mögen und was nicht. Sie lernen sich und Ihren Körper besser kennen und wie Sie Ihre Wünsche benennen können.

Sie entscheiden, ob Sie lieber in individuellen Beratungen oder in Kleingruppen lernen wollen. Rufen Sie mich gerne an oder schreiben Sie mir eine E-Mail. Ich freue mich auf Ihre Anfrage!

Viele Frauen tragen den Wunsch nach einer authentischen, freudvollen Sexualität in sich. Mit meinen Angeboten können Sie – Schritt für Schritt – den Zugang zu Ihrer eigenen Wunsch-Sexualität finden.

**Sie sind bei mir mit folgenden Themen richtig:**

- Selbstliebe, sexueller Selbstwert
- Gefühllosigkeit oder Schmerzen beim Sex
- Orgasmus-Probleme erkennen und lösen
- Vaginismus oder Dyspareunie (Schmerzen an der Vulva/Vagina)
- Sexuelle Kommunikation
- Sexuelle Erregungsformen
- Weibliche Anatomie
- Erforschen der eigenen Vagina, vaginaler Orgasmus
- Slow Sex
- Die eigene Sexualität erweitern
- Paarsexualität verändern und erweitern
- Sexualität in den Wechseljahren und danach

## Sexualberatung für Frauen & Paare

**Ihr individueller Weg zu bewusst erlebter, freudiger Sexualität.**

Sexualität und Genussfähigkeit sind erlernbare Fähigkeiten. Sie können bis ins hohe Alter neu gestaltet und verändert werden, so dass Freude und Wohlfühlen entsteht.

Bei der Sexualberatung finden wir gemeinsam:

- **Antworten** auf Ihre Fragen zu Ihrer Sexualität
- **Wege**, um Ihre Wünsche/Sehnsüchte zu erforschen
- **Möglichkeiten** einer individuell nährenden Form der Sexualität für Sie
- **Ihren Weg**, wie Sie in Ihrer Partnerschaft Sexualität nährend erleben können
- **Praktische Übungen**, passend zu Ihrer momentanen Situation

Die Sexualberatung ist individuell auf Ihre Fragen und Ihre momentane Situation abgestimmt.