

Seminare
& Touren
2016

BERG*STIMMUNG

Schritte in der Natur – Schritte zu dir selbst

Wir bieten dir mehr als nur Naturerlebnisse.



Genusswandern, Stille & Yoga Kraft tanken im Schwarzwald



In der Natur sein, zu sich kommen und Ruhe finden. Lass uns gemeinsam den mittleren Schwarzwald bewandern und dabei Kraft tanken an Kraftplätzen und die Stille & Heilsamkeit der Natur genießen. Der Kolmenhof auf 1.100 m im Naturschutzgebiet des mittleren Schwarzwaldes an der Donauquelle ist unsere urgemütliche und nährnde Basis. Den Tag beginnen wir in Stille mit Yoga, Relaxation und einer kleinen Meditation. Nach einem stärkenden und reichlichen Frühstück geht es hinaus in die kraftvolle Umgebung des Schwarzwaldes.

Das Erlebnis Natur mit allen Sinnen spüren – Wasser, Wind, Landschaft, Wald, Steine – der Reichtum einer Gemeinschaft und der gegenseitige Austausch über die Erfahrungen im Herzen und in der Bewegung sind ebenso Pfeiler an diesen Tagen, wie uns auch der Humor und die Freude begleiten soll. Auszeiten und Rückzug und das Loslassen vom alltäglichen Stress – dazu bieten wir Raum. Kraft schöpfen und Energie tanken, tief Durchatmen und einfach mal wieder Sein im Hier & Jetzt, dazu laden wir dich ein.

* Plus = Balkon oder neu gestaltete Zimmer – siehe www.kolmenhof.de

** Wenn dein Bedürfnis ein Austausch, eine Klärung oder ein Zwiegespräch in vertrauensvoller Atmosphäre ist, dann stehen wir dir als professionelle Coaches und Counselors zur Seite. Dies ist ein besonderes Angebot dieses Seminars.

Di 14. – Fr 17. Juni 2016

3,5 Tage / 3 Nächte

TREFFPUNKT: Di 14. Juni, 17 Uhr, Landhotel Kolmenhof bei Furtwangen (www.kolmenhof.de)

TN-ZAHL: 8–12 Personen

VORAUSSETZUNGEN: Kondition für Wanderungen bis zu 3–4 h und normale körperliche Konstitution

KOSTEN & LEISTUNGEN: € 595,- oder CHF 620,- inkl. Guiding, Führung, Yoga, Ü/F im DZ oder 3er-Zimmer, Lunchpaket, Abendessen (3-Gang-Menü) / zzgl. Getränke und 1 x Mittagessen am Sonntag, Einzelzimmer mit Aufpreis von 15 Euro/Tag/Person plus DZ Plus* Zuschlag 5 Euro/Tag möglich / zzgl. Coaching/Counseling Einzelgespräch, je nach Dauer, € 60,-/h**

KURSLEITUNG: Christina Wallisch & Andreas Weisser

>> Anmeldung unter www.bergstimmung.com