

ABSTAND NEHMEN FREIRAUM SCHAFFEN



07.06. bis 10.06. 2018

27.09. bis 30.09. 2018

Franz Fischer Hütte, Zederhaus/Salzburg (2020 m)

In der Hektik des Alltags, konfrontiert mit Leistungsdruck, Verpflichtungen und der steigenden Reizüberflutung, ist kaum Raum um den Blick nach innen zu richten. Das Außen wird lauter, die innere Stimme verliert ihren Klang.

Der Zugang zu Intuition, Potentialen und Ressourcen schwindet.

Ich lade Sie ein, ein paar Tage mit sich selbst zu verbringen, zu entschleunigen, zu entrümpeln, loszulassen und zur Ruhe zu kommen.

- | Bewusst aus dem Alltag aussteigen
- | Bilanz ziehen: Wo stehe ich? Wo will ich hin?
- | Mit sich selbst in Verbindung gehen
- | Das eigene Tempo wiederfinden
- | Neue Perspektiven erkennen
- | Kraft tanken

Mit Empathie und Intuition begleite ich Sie auf dieser Reise zu sich selbst.

Sanfte Methoden aus der positiven Psychologie und dem Achtsamkeitstraining erlauben Impulse und geben Anregung zur Reflexion.

Meditative Elemente verstärken den Prozess des Loslassens und der Entspannung.

Eine gute Balance zwischen Seminareinheiten und ICH-Zeit gibt ausreichend Raum zur Integration.

Exklusivseminar in einer Kleingruppe von max. 10 Personen

Seminarleitung: Katrin Schnabel und Andreas Pirker

€ 490,- pro Person, inkl. Übernachtung und Verpflegung/Preise unter <http://franzfischer-huette.at/>

Infos und Anmeldungen unter: Tel. 0664/5124242, katrin.schnabel@a1.net, www.menschnabel.at

10% des Erlöses dienen der Unterstützung des Vereines „great hope for children“

<http://www.pirker-mentaltraining.at/charity.html>