

RETREAT STRESSLESS

FINDE DEINE BALANCE

DEIN RETREAT-SPECIAL MIT PFERDEN



COACHING
INSTITUT
BY LIVING SENSE

ÜBER DAS RETREAT

Begleitet von Pferden darfst du dich auf ein Abenteuer in und mit der Natur einlassen. Du brauchst dazu keine Erfahrung als Reiter*in. Die Tiere werden dich liebevoll durch dein Retreat führen.

Wir führen dich in wirkungsvolle Entspannungstechniken ein, die du jederzeit auch im Alltag anwenden kannst.

Du entdeckst deinen persönlichen, inneren Kraftort und lernst Energiereserven anzulegen und zu nutzen.

Du erlaubst dir einen Blick in deine Bedürfnisse und erinnerst dich an verlorene oder verschüttete Wünsche und Sehnsüchte.

Du beschäftigst dich mit deinem Anspruch an deine Perfektion und lernst dabei, dass womöglich deine 100% mit anderen Augen betrachtet, vielleicht bereits deutlich über der 200% Marke liegen.

Gemeinsam machen wir uns auf Visionssuche.

Geleitet durch deinen inneren Fixstern wird es dir gelingen, konsequent deinen Weg zu gehen, ohne dich weiter zu verzetteln. Nach diesen fünf Tagen wirst du die Veränderungen spüren können. Freude, Freiheit, Zufriedenheit und Wachstum werden wieder im Mittelpunkt deines Lebens stehen.

“

*“Du wirst erkennen,
über wie viel
schöpferische Kraft
du verfügst”.*



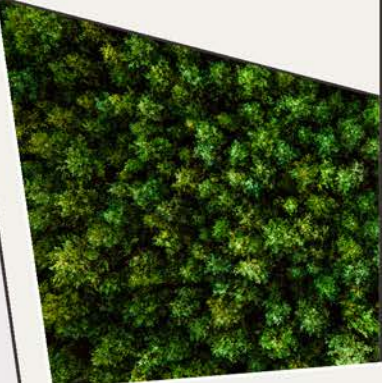
A photograph of two horses standing in a field at sunset. The sun is low on the horizon, creating a strong golden glow that silhouettes the horses. The horse in the foreground is dark, while the one behind it is lighter. A semi-transparent dark blue rectangle is overlaid on the lower half of the image, containing white text.

**ERINNERE DICH
AN DEINE
VERGESSENEN
WÜNSCHE**

DIE ZIELE DES RETREATS

Ziel dieser Woche ist es

- Ruhe zu finden, Stress abzubauen, um Zeit für sich selbst zu haben.
- Ruhe, um in Kontakt mit deinem unterbewussten Wissen zu kommen.
- Zeit, um Kraft zu tanken, die Balance zu finden
- Neuanfänge zu wagen, loszulassen, Ideen zu entwickeln, eigene Ressourcen zu erkennen, das Selbstbewusstsein zu stärken
- Visionen zu finden und dich für neue Ziele begeistern zu können.
- Du wirst Gelegenheit bekommen, in deinem Leben Bilanz zu ziehen. Dabei identifizieren wir die Stressfaktoren, die dich (noch) davon abhalten, das Leben in vollen Zügen zu geniessen.
- Es wird dir gelingen, einige dieser Stressoren zu entlassen und andere in eine neue, nützliche Dynamik zu transformieren.



Retreat Donnerstag bis Sonntag

Kursstart täglich um 09:15 Uhr

Kursende täglich um 16:30 Uhr

Verpflegung: *Simone Bistervels, unsere Küchenfee, wird uns kulinarisch verwöhnen. Du kannst uns deine gewünschte Verpflegungsform (vegan, vegetarisch oder Fleisch & Fisch) gerne bei der Anmeldung angeben.*

Unterkunft: *Dieses Retreat findet in der wunderbar ruhigen und kräftespendenden Natur in der Haute-Ajoie in Rocourt statt.*

Wir nutzen die Kursräume des liebevoll ausgestatteten Bed & Breakfast Vivre-la-vie, sowie die Natur als zusätzlichen Kursraum bei gutem Wetter.

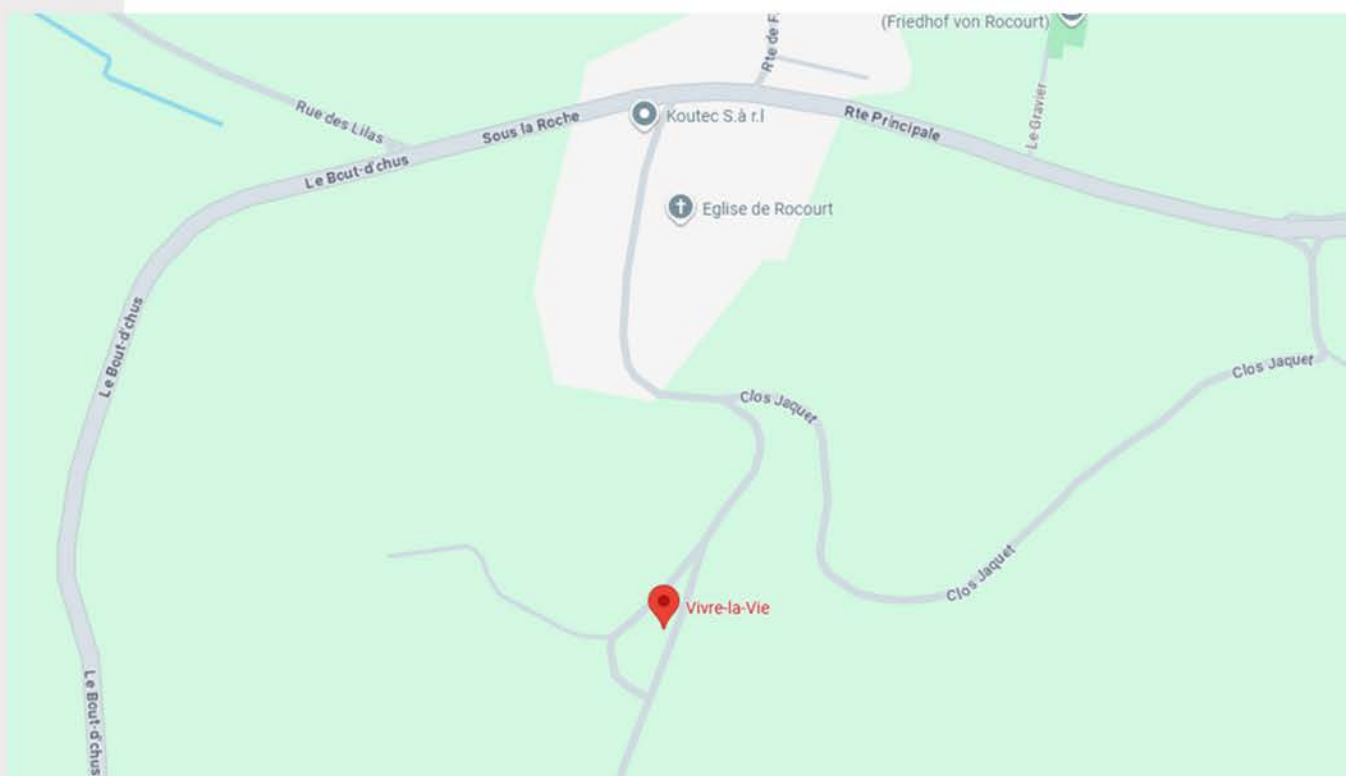
Für deine Unterkunft können wir dir folgende Optionen empfehlen:

www.vivre-la-vie.ch

www.roche-dor.ch

ADRESSE

Vivre-la-Vie
Margrith Walther
Route de Roche-d'Or 12a
2907 Rocourt





**FINDE DEINEN
INNEREN
KRAFTORT UND
WAGE EINEN
NEUANFANG**