

RETREAT stille Momente im Schwarzwald

In der Natur mit Waldbaden, Chi-Wanderungen und LandArt
im Innen mit Klang-Meditationen, Achtsamkeitsübungen,
Körpererfahrungen.



Meditationen „Wenn du dein Bewusstsein erweiterst, gibt die Wirklichkeit nach...“ Dieser Satz weist auf die Magie hin, die sich einstellt, wenn man sich im Leben für das öffnet, was sich in einem zeigen will: Ich nenne es Entfaltung des inneren höheren Selbst oder höheren Ich. Auf diesem Weg ist für mich Achtsamkeit und Meditation ein wesentlicher Bestandteil. Wenn man sich auf den Weg macht, dann „gibt die Wirklichkeit nach“, sie unterstützt auf überraschende, ja fantastische Weise. Diese Erfahrung möchte ich mit euch teilen. Dazu werden wir Achtsamkeitsübungen, Übungen zum Körperbewusstsein, aber vor allem auch Meditationen einüben und praktizieren. Jede Übung wird dabei ausführlich angeleitet und wir nehmen uns Zeit, die gemachten Erfahrungen zu besprechen und zu verarbeiten.

Die Natur bietet uns eine Fülle an Erlebnissen und Erfahrungen. Mit meinen Einführungen zeige ich dir, wie wir daraus schöpfen können, um wertvolle Erkenntnisse daraus zu ziehen, uns zu regenerieren, zu zentrieren und in eine heilsame Richtung auszurichten.

Raus in die Natur gehen wir immer wieder im Wechsel. Wir baden im Wald, ruhen im Wiesenbett, sind kreativ mit Natur-Materialien, lassen uns inspirieren, unternehmen kleine Wanderungen oder sammeln Kräuter für gemeinsame Mahlzeiten, die wir miteinander zubereiten.

Ganz nach dem Motto: „In der Natur gibt es kein Internet, aber eine bessere Verbindung.“

Kraftorte sind besonders schöne Stellen in der Natur. Sie vermitteln Verbundenheit mit der Ursprünglichkeit, erwecken verloren geglaubte Stimmungen und tiefe Gefühle. Genauso empfinden wir unsere Heimat und Wohnort – den Schwarzwald. Hierher möchten wir dich einladen. Tauche ein in die Stille mit dir selbst – mitten in der Natur.

5. - 7. Juli 2019



im idyllischen Seminarhaus mitten im Wald bei Schluchsee / St. Blasien

Preis fürs Retreat: 265 €
Preis für Übernachtung & Essen: 179 €

Unterkunft:

Der **Baschnagelhof** ist ein ursprüngliches Schwarzwaldhaus in Alleinlage, das liebevoll modernisiert wurde. Die Unterbringung ist in freundlichen Mehrbettzimmern und es steht ein heller Seminarraum für unsere Meditationen zur Verfügung.

[Link zur Unterkunft](#)

Nächstgelegener Bahnhof Seebruck, dann weiter mit dem Bus bis Häusern.

20. - 22. September 2019



urwüchsig zwischen Wald und Wiesen im Fallerhisle im idyllischen Jostal / Hochschwarzwald

- nur für Frauen -

Preis fürs Retreat: 265 €
Preis für Übernachtung & Essen:
- Im Einzelzimmer 95 €
- Im Doppelzimmer 80 €
- Im Matratzenlager (eigene Schlafunterlage) 70 €
- Im eigenen Zelt / Camper 50 €

Unterkunft:

Mit dem **Fallerhisle** im Jostal bei Titisee haben wir eine gemütliche Hütte in Alleinlage gemietet.

[Link zur Unterkunft](#)

Nächstgelegener Bahnhof / Bushaltstelle Titisee

Wir verpflegen uns an diesen Wochenenden selbst.

Wir haben leckere Zutaten (vegetarisch & Bio, regional) für Frühstück, Mittagessen, Kaffee & Kuchen sowie das Abendessen eingekauft und freuen uns, diese gemeinsam mit euch anzurichten.

Ankommen / einchecken am Freitag bis 17 Uhr
Ende am Sonntag gegen 14 Uhr

Frühbucherrabatt fürs Retreat 25 € Ermäßigung bis 8 Wochen vorher.

Mindestbeteiligung 6 Personen / Maximal 12 Personen.
Anmeldefrist: 6 Wochen vorher

Buchungs- und Zahlungsmodalitäten / Stornierungsbedingungen:

Für eine Buchung fülle uns bitte das Formular (unten) aus und sende es unterschrieben an uns zurück.

Nach Anmeldung erhältst du eine Buchungsbestätigung & Rechnung.

Falls wir mangels Teilnehmer das Retreat absagen müssen, erhältst du geleistete Zahlungen selbstverständlich zurück. Absagefrist: 2 Wochen vorher

Ab 4 Wochen vor Anreise fallen 50 % Stornierungsgebühren an.

Ab einer Woche vor Anreise fallen 85 % Stornogegebühren an.

Rechtlicher Hinweis:

Das Retreat ersetzt keinen Arzt, Heilpraktiker oder die Einnahme von verordneten Medikamenten. Jeder Teilnehmer übernimmt die volle Selbstverantwortung für sich. Das Angebot stellt keine Therapie dar.

Anmeldung und nähere Informationen bei:
Christine Kühnel & Melanie Manns



Ich möchte meine Leidenschaft zu innerer
Entwicklung und meine Liebe
für die Natur mit euch teilen.

„Tiefes Vertrauen entwickeln“

Christine Kühnel

Lehrerin für Deutsch und Englisch
Kursleiterin für Achtsamkeitstraining
Psychologische Beratung (i. A.)
Forumsleitung nach ZEGG

Im Bugenmoos 7
79737 Herrischried
Tel. +49 151 289 53 893
christine.kuehnel@web.de



Die Natur hilft mir immer wieder,
ganz bei mir anzukommen. Mich zu
zentrieren, zu erden, meine Mitte zu
stärken. In diesen heilsamen
Erfahrungsraum möchte ich dich
einladen.

„Wesentliches in der Natur
entdecken“



Melanie Manns

Erlebnispädagogin, Touristikfachwirtin,
Trainerin & Coach

Hinterdorfstraße 3
79837 Menzenschwand
Telefon: +49 76 75 / 359 98 68
www.natur-wesen.com
post@natur-wesen.com

Verbindliche Buchung:

Ich möchte das RETREAT Datum _____ Ort _____ buchen.

Name / Anschrift / Telefon-Nummer / Kontakt-Person:

Handy-Nr. _____

eMail-Adresse: _____

Datenschutz

Seit dem 25.05.2018 ist das neue Datenschutzgesetz aktiv.

Wir verwenden deine Anschrift für den entsprechenden Rechnungsbeleg sowie deine Email-Adresse, um dir die Infos zukommen zu lassen. Weitere Daten werden nicht gespeichert.

Wir geben deine Daten nicht an Dritte weiter.

Foto-Klausel

Während der Veranstaltung können Fotos gemacht werden. Du kannst der Veröffentlichung von Aufnahmen, auf denen du deutlich erkennbar abgebildet bist generell oder im Einzelfall widersprechen. Wir freuen uns jedoch über dein Verständnis dafür, dass wir die schönsten Aufnahmen, die im Rahmen von Veranstaltungen gemacht werden, für unsere Ausschreibungen verwenden dürfen. Wir versichern dir, dass wir verantwortungsvoll mit Veröffentlichungen umgehen und garantiert keine Namen oder andere persönliche Details nennen.

Wir sind grundsätzlich mit dem fotografieren einverstanden ja nein

Mit meiner Unterschrift akzeptiere ich die AGBs (oben)

Name + Unterschrift von Teilnehmer(in)