



PERSÖNLICHKEITSEMINAR „FREI SEIN“ IM SCHLOSSGUT OBERAMBACH

das besondere Biohotel vor den Toren Münchens mit Blick auf den
Starnberger See

Erst heißt es ANKOMMEN – ENTSCHEUNIGEN – um dann zur EIGENEN MITTE zu finden

Treffpunkt: Schlossgut Oberambach 1, in 82541 Münsing / 16:00 Uhr an der Rezeption

Es gibt Orte, die die Lebensfreude aktivieren. Das Schlossgut Oberambach ist ein solcher Kraftort. In dieser bezaubernden Bilderbuchlandschaft, abseits von Trubel und Hektik finden Sie schnell die gewünschte und oftmals benötigte Ruhe!

Hauptkriterium des Seminars ist das Setzen von Impulsen, Denkanstößen, Perspektivenwechsel und die Neuorientierung von eingefahrenen Lebenssituationen. Um bei sich selbst eine Verhaltensänderung zu erreichen, müssen neue Informationen nicht nur gehört, sondern umgesetzt und erlebt werden. Oft wird mit Unterlagen, die Zuhause schnell in den Schubladen verschwinden nur theoretisch geholfen. Worauf es allerdings ankommt - das Lösen der inneren Fesseln an sich - bleibt ein Rätsel. Die neuen Erkenntnisse müssen wirken, erfahrbar und persönlich sein. Nur so werden Sie langfristig einen Nutzen daraus ziehen.

1.Tag

Nach einer Kennenlernrunde beginnen wir mit einer Abendmeditation (Bewegungsmeditation) sowie einem Vedischen Feuerritual zur Regeneration.

Ende: 18:00 Uhr

- **Abendessen (Genießermenü) & Übernachtung im Schlossgut Oberambach**
www.schlossgut.de

2.Tag

Um 8 Uhr starten wir mit einer einstündigen Morgenmeditation in den Tag.

Wir kräftigen uns bei einem ausgewogenen, vitalen Bio-Frühstück und stärken anschließend in Einzelgesprächen Ihr gewünschtes Ziel. (ca. 20 Min pro Gespräch / freie Zeit zum Packen und Entspannen)

Um 11 Uhr findet eine gemeinsame Feuervogelmeditation statt um das Erreichen des Ziels zu festigen.

Ende des Seminars: 12:00 Uhr

Um alle Erkenntnisse nachwirken zu lassen und zu verinnerlichen, bietet sich ein Besuch des Starnberger Sees an. Nach einem Spaziergang oder einer Tasse Kaffee treten Sie entspannt und motiviert die Heimreise an.

Überblick:

- Coaching im Einzelgespräch, Seminarunterlagen
- Meditationen und vedisches Feuerritual
- 1 Nacht von Samstag auf Sonntag im Naturgesund-Zimmer
- Vitales Biofrühstück vom Buffet
- 1 Abendessen mit Wahlmöglichkeit zwischen 4-Gang-Bio-Genießermenü oder Fondue (Fisch, Fleisch oder vegetarisch)
- Vitalecke mit Wasser, regionalen Fruchtsäften sowie verschiedenen Kräuter- und Wellnesstees
- Leihbademantel und Badeschlappen
- Nutzung des Relaxbereiches mit Sauna und Dampfbad
- Maximale Teilnehmerzahl: 6 Personen
- Mitzubringen: bequeme Kleidung für die Meditationen
- Leitung: CORA-Coach und Innenwelt-Coach Eva Faistbauer
- Buchbar von 1.11.-18.12.15 und 2.1.-20.03.2016
- Eigene Anreise
- Preis ab 179€ im DZ Standard (bei Doppelbelegung). Einzelzimmeraufpreis 20€.
- Preis im DZ Superior: 189€ pro Person
- Nach erfolgter Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung mit den Informationen über Bezahlung und Zusendung der Rechnung. Bei online-Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung über die Firma Regiondo in meinem Namen oder direkt über das Hotel www.schlossgut.de
- Beantwortung noch offener Fragen gerne per e-mail oder telefonisch

Verbindliche Anmeldung bitte 14 Tage im Voraus unter:

e.faistbauer@gmail.com
oder online unter: www.walking-emotions.de

Auch als geschlossene Gruppe bis 6 Teilnehmer ist dieses Seminar buchbar.

Ich freue mich auf Sie!
Eva-Maria Faistbauer



Nordic-(E)motions

Eva-Maria Faistbauer

Kühtal 18 • 82319 Starnberg

mobil: 0160-93804001

email: e.faistbauer@gmail.com www.walking-emotions.de

