



VISIONS RETREAT

6. – 8. November 2020

Ablauf deines Visions RETREATs

BEGINN Freitag, 6. November 2020, um 18h00

ENDE Sonntag, 8. November 2020, um 16h00

Freitag, 6. November 2020

18h00 im Restaurant

Apero & gemeinsames 3-Gang-Menue

20h00 im Seminarraum

Einführung in deinen Visions RETREAT
leichte Meditation bei Kaminfeuer: Ankommen & Wohlfühlen

Samstag, 7. November 2020

ab 8h00 im Restaurant

individuelles Frühstück

10h00 im Seminarraum & in der Natur

eine Standortbestimmung – wo stehe ich auf meinem Weg?
Was bedeutet Vision? Was ist mir wirklich wichtig?
WALDbaden: Intuition, Gehmeditation, Vertrauen
Die Heilkraft des Waldes
Selbstachtsamkeit stärken

13h00 im Restaurant

Mittagessen, danach freie Zeit & Rückzugsmöglichkeit

15h30 in der Natur

«Medicine Walk», die kleine Visionssuche in der Natur

19h00 im Restaurant

gemeinsames Nachtessen

21h00 im Seminarraum

wer möchte: Tagesausklang mit einer Mondmeditation

Sonntag, 8. November 2020

8h30 im Restaurant

gemeinsames schweigendes Frühstück

10h00 im Seminarraum

Meditation zu meinem/meiner inneren Weisen
Wofür ist meine Zeit reif?
Was ist mein innerer Ruf? Was ist meine innere Wahrheit?
Selbstachtsamkeit stärken

13h00 im Restaurant

gemeinsames Mittagessen

14h30 in der Natur

Abschlussritual:
<indianischen Medizinrad> meine Vision festigen
Unterstützung der 4 Elemente
Räucherung

16h00 Ende deines Visions Retreats

SCHÖN, DASS DU DABEI BIST!