



Gehen und Wandern – Quelle der Inspiration – sich Kraftquellen erschließen!

Ein Outdoor Seminar

Häufig fehlt uns die Zeit und Muße im Alltag zur Ruhe zu kommen und unseren Gedanken freien Lauf zu lassen, um neue Wege und Möglichkeiten zu erkunden. Die Natur als eine unerschöpfliche Kraftquelle kann uns dabei unterstützen, unsere Lebensfreude und Kreativität wieder zu entdecken und unseren Gedanken neuen Raum zu geben.

Das Seminar

In unserem Seminar wollen wir mit Unterstützung eines erfahrenen Coaches, in positiver Wechselwirkung mit der Natur, entspannen und uns neue Inspirationen holen. Die Flusslandschaften von Donau und Naab können uns dabei als Metapher dienen:

Wo komme ich her? Wo stehe ich heute und jetzt? Wo gehe ich hin?

Im Aufstieg zur Marienhöhe nehmen wir bewusst Wege und Pfade wahr, auf denen wir uns bewegen und fokussieren uns auf unsere Wahrnehmungen und Resonanzen mit der umgebenden Natur.

Der weite Blick über die Donau gibt uns neue Perspektiven, den naturnahen Wald mit seinen urigen Baumgestalten nutzen wir als Kraftquelle.

Am Ende unseres Weges fassen wir unsere Eindrücke und Inspirationen in einer individuellen Naturskulptur zusammen.

Wir nutzen die wunderbare Natur rund um Regensburg als Resonanzraum und Ideengeber um einen Perspektivwechsel zu ermöglichen.

Der Austausch in der Gruppe bietet uns zusätzliche Möglichkeiten, neue Aspekte für unseren weiteren Lebensweg zu entdecken.



Rahmen/ Organisation

- Ort: Mariaort - Marienhöhe bei Regensburg
- Termin: auf Anfrage
- Dauer: 10.30 Uhr bis 15.00 Uhr
- Teilnehmer*innen: max. 6
- Kosten: auf Anfrage
- Brotzeit/ Getränke
- Wetterfeste Bekleidung für leichte Wanderungen bis zu 4 Stunden

Anmeldung: www.starteneujetzt\kontakt