

Der Seerosenweg[©] - eine Entdeckungsreise für Frauen

Selbsterfahrung mit Ayurveda und Naturerleben



*4-Tages-
Retreat*
28.08. - 01.09.

*„Wie eine Seerose,
tief und fest verwurzelt.
Auf verschlungenen Wegen,
mit ihrer strahlenden Blüte,
die Welt bezaubert.“*

Möchtest Du mehr von Dir entdecken, Deine Persönlichkeit besser verstehen und Deine Einzigartigkeit leben?

Gehe mit uns vier Tage auf Entdeckungsreise, erlebe die Natur und Ayurveda - das Wissen vom langen gesunden Leben - als Reflexionsflächen, für mehr Erdung und Leichtigkeit. Lerne Dich auf körperlicher, mentaler und seelischer Ebene besser kennen und nähren, um eigene Prozesse besser zu steuern und zum Positiven hin zu entwickeln.

Wenn Du ein Stück näher an Dich heranrücken, Dir mit Freude Gutes tun und in der klaren Energie dieses Retreats Deine Seele umarmen möchtest, dann sei dabei. Mit Bewegung nicht nur im Außen, sondern auch im Innern, ermöglichst Du Dir neue Erkenntnisse für ein zufriedenes Sein und eine tiefe Verbindung mit Dir selbst.

Neben dem Eintauchen in das jahrtausendealte Naturheilsystem des Ayurveda und dem Kennenlernen der Heilkraft des Waldes, unterstützen Dich u.a. die Zubereitung ayurvedischer Speisen, Waldbaden, Selbstmassage, Meditation und wohltuende Achtsamkeitsübungen. Du lernst zu entspannen und erlebst berührende Tage im Kreis anderer Frauen in einer wundervollen Umgebung im Hintertaunus.

Wir freuen uns auf eine wertvolle Reise mit Dir,
Michaela & Tina

Infos: spirited-coaching.de und wald-gesundheitstraining.de
Anmeldung: seerose@wald-gesundheitstraining.de



Michaela Dalchow
Mental- und
Wald-Gesundheitstrainerin



Tina Wagner
Ayurveda Therapeutin und
Spiritual Coach