



Kurzurlaub „Chill & Heal “

Ich lade dich auf einen energetischen Kurzurlaub ein, an dem ich dich mit meinem vorbereiteten Programm energetisch durch die Zeit begleite.

Neben freier Zeitgestaltungen um Urlaubszeit zu haben, treffen wir uns zu vorgegebenen Zeiten in der Gruppe und machen Übungen, Meditationen, Kleingruppen-Übungen und jeder Teilnehmer ist frei daran teilzunehmen oder auch nicht.

Im Vordergrund stehst DU als Mensch, mit allem was dich ausmacht.

Ich Sorge für eine achtsame Umgebung, in der Erholung, energetisches Arbeiten, Entspannung, Entwicklung und Gespräche möglich sind (==) Begegnungen sollen sein, ob und genau so wie du es stimmig findest und worauf du Lust hast, in gutem Einvernehmen mit den anderen Menschen.

Du bist an diesen Tagen in einem sicheren, behüteten Umfeld, in dem deine Seele in Ruhe deine Selbstheilungskräfte aktivieren kann.

= Zeit um zu lösen, zu löschen, mit deiner Selbstheilungskraft zu heilen, zu vergessen und zu verändern....

Bei diesem Kurzurlaub kann es zum Beispiel gehen um: Belastungen lösen, Auftanken, Kräfte ausbauen, Ruhephasen, Gemeinsamkeit, Lebensfreude, Resilienz, Kommunikation & Gesundheit.....

Was darfst du in diesem Kurzurlaub erwarten?

- Eine feine Atmosphäre
= basierend auf Schwingungen der Liebe, des Respekts, des Zusammenhalts, des gesunden Menschenverstandes, Offenheit, Interesse und vor allem Wertschätzung.
- Ein energetisch vorbereitetes Feld, in dem du von Freitag bis Sonntag behütet, getragen und geborgen und beschützt bist.
- Energetische Programme, die deine Selbstheilungskräfte stimulieren, befeuern, begleiten und fördern. Wir bearbeiten in verschiedenen Übungen viele Themen, die dich für deinen Alltag, deine Angelegenheiten und Befindlichkeiten bereichernd.

- Möglichkeiten bei Meditationen, Ritualen und angeleiteten Übungen Ballast, Verhaltensmuster, Denkmuster, störende Gefühle u.v.m. loszuwerden, einfach und nachhaltig.
- Eine fantastische Landschaft, die zum Schauen, Gehen, Wahrnehmen und Aufsaugen einlädt.
- Feine, chillige, lebendige, freudvolle, bereichernde, musikalische, lustvolle, stille, ruhende, abenteuerliche und heilsame Zeit, in der DU NICHTS musst und ALLES darfst, in Einklang mit deinem Umfeld.

Programm

Freitag 30.06.2023 Ankommen **zwischen 16.00 -18.00 Uhr**

18.00 Uhr – Kurzes Großgruppen-Treffen, Organisatorisches

18.15 Uhr gemeinsame Jause

20.00 Uhr – Großgruppe Arbeit, meine Live-Meditation u.v.m. **bis 21.30 Uhr**
im Anschluss gemütlicher Ausklang, Lagerfeuer =) Möglichkeit für Rituale

Samstag 01.07..2023

07.30 – 9.00 Uhr Frühstück

9.00 -10.30 Uhr – Großgruppen-Arbeit ===) Wer mag, **Mittagessen: 13 – 14.30 Uhr**
im Anschluss freie Zeiteinteilung **bis 17.30 Uhr** | Chillen im Garten, Spiele spielen, Menschen kennenlernen, plaudern & füreinander da sein, Spaziergänge, Wandern usw.

17.00 – 17.30 Uhr – eine Live-Meditation

18.00 Uhr gemeinsame Jause

19.30 – 21.30 Uhr – Großgruppen-Arbeit
im Anschluss Lagerfeuer, Möglichkeit für Rituale, Musik, Tanzen, Lebensfreude & pure Lebenslust – open end....

Sonntag 02.07.2023

8.00 Uhr Frühstück

10.00 – 11.30 Uhr Großgruppen-Arbeit ===) Wer mag, **Mittagessen: 12 – 13.30 Uhr**
im Anschluss freie Zeiteinteilung **bis 14.30 Uhr**

14.45 – 16.00 Uhr – Großgruppen-Arbeit + Abschluss

Organisatorisches

Samstag und Sonntag Sorge ich für Mittagessen (wer mag) = jeweils verschiedene Sorten Nudeln + Pesto und verschiedene selbstgemachte Saucen (auch vegan)

Für die Jause und das Frühstück bitte ich ALLE Teilnehmer ein paar Kleinigkeiten mitzubringen, zweimal für Abendessen und zweimal für Frühstück. Soviel - als ob du dich selbst versorgen müsstest. (Brot, Gebäck, Käse, Wurst, Obst, Gemüse, Aufstriche, Kuchen, Salate, Säfte, Knabberei usw.)

Wir teilen dann alle Speisen und Getränke miteinander.

Ich Sorge für Kaffee, Kaffeefilter, Tee, Milch, Butter, Zucker, verschiedene Nudeln + Saucen + Pesto und andere Jausen-Kleinigkeiten

BITTE KEIN: Alkohol, Handys, Laptops, Bücher usw. ! In deiner freien Zeit kannst du natürlich machen was du willst – ich empfehle aber auf digitale Medien zu verzichten.

Kosten: 280,- Euro (+ max. 10,- Euro für deine mitgebrachte Jause)
inkl. Übernachtungskosten, Programm, Mittagessen und Grundnahrungsmittel für Jause (wie beschrieben)

Bitte am Veranstaltungsort in bar bezahlen. Ich stelle gerne vor Ort eine Honorarnote aus.

Veranstaltungsort: Nähe Gschwandt/Gmunden, genauer Treffpunkt wird bei schriftlichen Anmeldung bekanntgegeben.

Teilnehmer: ab 13 Jahren | Begrenzte Bettenanzahl, die Anmeldungen nehme ich der Reihe nach an.

Zimmer: Stockbetten, 4-er und 6-er Zimmer, 1 Einzelzimmer | Zimmereinteilung vor Ort, außer Fixgruppen = bitte um ein Mail

Anmeldung: schriftlich per Mail an: birgit.muellner@feci.at **bis spätestens 04.06.2023**

Kostenfreie Abmeldungen bis 11.06.2023.

Bei späterer Abmeldung verrechne ich 50 % (=150,-) sofern sich kein Ersatz findet.

MITZUBRINGEN:

Eigene Bettwäsche und Handtücher

Schreibunterlagen, Zeichenunterlagen (wer mag)

Verpflegung, Jausen-Kleinigkeiten für 2x Jause + 2x Frühstück | Wert bis max. 10,- Euro

Picknick-Decke, für Abend, je nach Wetter Outdoor-Kleidung, Decke !?

Ich freue mich auf eine richtig coole Zeit miteinander !!!! Birgit

