



NATURERLEBNIS UND ERHOLUNG
SEMINAR ZUR ENTSCHEUNIGUNG UND
ENERGIEGEWINNUNG AN SCHWEDENS WESTKÜSTE

08. - 14. September 2024



Liebe Interessierte,

wir freuen uns, dir ein einzigartiges Seminarerlebnis in der atemberaubenden Natur Schwedens, direkt am Meer anzubieten. In einer hektischen Welt, in der Zeit für sich selbst oft zu kurz kommt, möchten wir dir die Möglichkeit geben, eine kurze Auszeit zu nehmen um dich auf dein Wohlbefinden zu konzentrieren.

Unser Seminar findet im Retreatcenter in Kärligesund in unmittelbarer Nähe zum Meer statt, umgeben von unberührter Natur und atemberaubenden Landschaften.

Hier kannst du die Ruhe und Gelassenheit der Natur genießen und zur inneren Harmonie finden.

<https://karlingesundretreatcenter.se/de>

ankommen



Meine Zeit ist jetzt!

*Dieses Seminar bietet dir die
einzigartige Gelegenheit für eine
kurze Auszeit vom Alltag.
Finde Ruhe und Entspannung
sowie neue Kräfte,
inmitten der wunderschönen
schwedischen Natur.*



Das Seminarprogramm umfasst Aktivitäten, die darauf abzielen, Körper, Geist und Seele zu revitalisieren und zu stärken. Zu den Highlights gehören:

- Yogaübungen, um Körper und Geist zu entspannen
- Geführte Wanderung durch die wunderschöne umliegende Natur
- Begleitete Kajaktour in der näheren Umgebung entlang der unzähligen Inseln
- Segelausflug durch die einzigartigen Schären mit einem erfahrenen Skipper
- Kurze Workshops zum Stressabbau und zur Förderung der Selbstpflege
- Zeit für persönliche Reflexion und Entspannung am Meer oder in der unberührten Natur

Manfred Kürschner und Stefan Caprez werden dich durch das Programm begleiten und dir wertvolle Werkzeuge und Techniken vermitteln, die du auch nach dem Seminar in deinen Alltag integrieren kannst.

Die Unterkunft erfolgt in einfachen Zimmern in der Nähe des Meeres, um einen erholsamen Schlaf und einen unverbauten Blick in die Natur zu ermöglichen. Die Verpflegung umfasst gesunde und ausgewogene Mahlzeiten, die dein Energielevel unterstützen und zur inneren Balance beitragen.



*Ich begleite und unterstütze dich
mit Herzblut auf einem Teil
deines Lebens und hoffe damit,
» die Welt für dich ganz persönlich, «
ein wenig besser zu machen.*

Manfred Kürschner

loslassen



Die Welt gehört dem,
der sie genießt.

GIACOMO LEOPARDI



Fotos: Camilla Jorvad Creative

Seminarzeit:

Sonntag, 08. bis Samstag, 14. September 2024

Kosten: CHF 2'980.- / pro Person

inkl. 6 Nächte im Einzelzimmer, Verpflegung, Outdoor-Aktivitäten,
Transfer vom und zum Flughafen Göteborg. Exkl. Flug- und weitere Reisekosten.

Inklusiv-Bonus:

1 Std. individueller und persönlicher Austausch als Vorbereitung
zum Seminar und 1 Std. Follow-Up - Online oder im Büro in Chur

Sichere dir einen Platz und melde dich für dieses einzigartige
Seminar an. Du wirst dabei Energie tanken und gestärkt in die
Zukunft starten. Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.

Für Informationen stehen wir dir gerne zur Verfügung.

Kontaktiere uns unter:

manfred@kuerschner-beratung.ch

oder unter +41 79 820 22 80.

aufblühen

 **KÜRSCHNER**
Beratung · Training · Coaching

Manfred Kürschner

Quaderstrasse 8 · CH-7000 Chur · +41 79 820 22 80

manfred@kuerschner-beratung.ch · www.kuerschner-beratung.ch