



EUROPA: ÖSTERREICH

SPURENWECHSEL AM SEE

- > - eine Auszeit am wunderschönen Weissensee
- > - herrliche Landschaft
- > - Seele und Geist stärken

Eine Ressourcenzeit für Frauen am wunderschönen Weissensee! Freuen Sie sich auf Körper- und Achtsamkeitsübungen, Coaching Einheiten, Wanderungen...einzigartige Naturlandschaft.



REISEDETAILS

1. - 4. Reisetag: Spurenwechsel am See

Stärkung und Neuorientierung in heißen Zeiten der Veränderung und des Wechsels.

In Zeiten der Hektik und Veränderung tut es gut, wenn Sie innehalten und den Boden unter den Füßen spüren. Bewegung in der Natur stärkt Ihre Seele und Ihren Geist.

In den Wechseljahren nehmen wir Abschied vom Verströmen für andere, wenden uns den eigenen Quellen zu und begrüßen unser neues Da-Sein. Jetzt dürfen wir unser eigenes Tempo gehen und unserer eigenen Spur folgen.

In einer bezaubernden Landschaft wandern wir und begegnen unseren Quellen neu und kraftvoll. Mit der Bewegung in der Natur schöpfen Sie Atem und finden in Ihren natürlichen Rhythmus. Sie sortieren und sammeln, was gut war. Mit Freude und Leichtigkeit tanzen wir diesen Lebenszyklus ein.

Sie werden begleitet von den zwei erfahrenen Coaches Ute Habenicht und Barbara-Maria Angerer und sind eingebettet in eine wohltuende Frauengemeinschaft in ruhiger, genussvoller Atmosphäre. Barbara-Maria Angerer ist Psychosoziale Beraterin der Fachrichtungen Integrative Gestaltberatung, Tanz- und Bewegungstherapie, Coach und Supervisorin. Ute Habenicht ist Bergwanderführerin, systemischer Coach und Unternehmerin. Die beiden verbindet die langjährige Erfahrung in der Arbeit mit Frauen, die Liebe zum Weitwandern und eine inspirierende Freundschaft.

Bei Spurenwechsel am Weissensee erwartet Sie

Wohlige Körper- und Achtsamkeitsübungen am Morgen

Genussvolle Wanderungen am Vormittag

Stärkendes Ressourcen-Coaching am Nachmittag

Ruhiger Abendausklang mit Gute-Nacht-Geschichten

Was in den Koffer sollte: Wanderkleidung und rutschfeste Wanderschuhe, Regenschutz & Trinkflasche. Bequeme Kleidung und rutschfeste Socken für die Morgenübungen. Badekleidung für den See, eventuell auch Badeschuhe für den Wellnessbereich.

Teilnahmevoraussetzungen für "Spurenwechsel": Psychische Stabilität, Fitness für 3-4-stündige Wanderungen und die Lust, sich selbstverantwortlich mit der eigenen Entwicklung zu beschäftigen.

Feedback einer Teilnehmerin vom September 2016:

„Ich habe Spurenwechsel gebucht, weil ich wieder einmal zur Ruhe kommen und Kraft für meine sehr herausfordernde Lebenssituation erlangen wollte. Außerdem brauchte ich dringend Zeit für mich und die Klärung meiner nächsten Schritte. Die fünf Tage am Weissensee brachten mir genau das, was ich gesucht hatte. Dafür war die wertschätzende und fröhliche Frauenrunde sehr hilfreich. Ich fühlte mich gut aufgehoben mit meinen Fragen und Themen. Sehr gut gefielen mir die Impulse und Inputs von Barbara und Ute bei den Wanderungen und im Seminarraum, die wunderschöne Umgebung und die Ruhe. Schön war auch, dass wir genügend freie Zeit für uns selbst hatten, die ich gerne zum Schwimmen oder für ein Mittagsschläfchen nützte.“

Hotel Kolbitsch am Weissensee

Das Hotel befindet sich in Oberdorf am Nordufer des Weissensees. Durch die Lage auf einer kleinen Anhöhe genießen Sie die den Blick auf den See und viele Sonnenstunden.

Zimmer

Die Zimmer verfügen über eine Bad/WC, Telefon, Flat-TV, Föhn und Schreibtisch.

Die Möbel in den Zimmern sind zu 100% aus reinem Naturholz gefertigt. Frei von Pestiziden, Schadstoffen und Lacken – mit Kräuteröl veredelt. Das Holz nimmt Feuchtigkeit auf, gibt sie langsam ab und sorgt auf diese Weise für ein angenehmes Raumklima.

Der freie Zugang zum See und zum Wellnessbereich des Hauses ist inkludiert.

Verpflegung

In Ihrem Reisepaket sind ein reichhaltiges Frühstücksbuffet und ein Abendessen inkludiert.

Mittags kehren wir meist im Zuge der Wanderung ein oder Sie bestellen im Hotel aus der Karte.

Das Hotel Kolbitsch bietet eine naturnahe Küche mit Produkten, die vorwiegend aus der Region stammen. Ganz natürlich sind die Lebensmittel, die für Ihren gesunden Genuss verwendet werden. Die Kombination von eigen, regional und biologisch garantiert Ihnen Frische, Natürlichkeit und Geschmack – beim Frühstück vom reichhaltigen Buffet ebenso wie beim 4-gängigen Abendessen mit Wahlmenü (österreichische Küche oder fleischlose Naturküche) und saisonalen Salaten vom Buffet.

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
25.06.2017	29.06.2017	X	890 €
11.09.2017	15.09.2017	X	890 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > - 4 Nächte Hotel Kolbitsch
- > - Halbpension
- > - Programm "Spurenwechsel am See"

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 1

Maximalanzahl von Personen: 14

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 10%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 14 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 30 vor Reisebeginn möglich.
- > Bei Flugdestinationen wird entsprechend bei Buchung informiert, ob der Flug bereits gebucht werden kann oder nicht.

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.