



## SEMINARERNTEN und FEEDBACK

„Sicher wieder, dann hoffentlich ´weiser´.“

„Definitiv Best of!“

„Learning: vertraue nicht immer deinen eigenen Gedanken. Es ist meist tiefer als man denkt.“

„Klarheit erfahren.“

„Überraschend erkenntnisreich, ungewöhnlich aufbereitet.“

„Akzeptanz“ und „Balance.“

„Jeden Tag drei neue Überraschungen!“

„Ziele sind im Wandel.“

„Wald entsteht aus Bäumen, ich sehe wieder beides und kann es trennen.“

„Krafttraining für den Geist.“

„Wunsch: mehr geführten Austausch und noch mehr Raum für mich.“

„Sich selbst kennenlernen.“

„Dankbar für viele Anregungen, Zeit für Selbstreflexion und Entspannung.“

„Augen öffnend.“

„Der Retreat stellt einen Gesamtprozess dar, den man teils erst nach dem Wochenende versteht.“

„Hoch wirksam + immer save.“

„7 Männer und 2 Frauen  
auf dem Weg mit Vertrauen,  
alles offen oder nicht,  
das Gepäck, mal leicht,  
plötzlich schwer, immer mehr  
wo kommt das denn nun plötzlich her,  
es wird leichter im Verlauf,  
weggepustet, neu gedacht,  
aufgemalt, ertastet und erspart,  
gehört und gefühlt,  
im Vertrauen auf 7 Männer und 2 Frauen.“

„Habe meine Maßnahmen für mich umgesetzt und mir die  
Challenge gesetzt, jeden Morgen an die frische Luft zu gehen,  
ob joggen oder nur gehen, ob 10 Minuten oder eine Stunde –  
einfach, um jeden Morgen einmal schonmal den Schweinehund  
besiegt zu haben. Tut mir sehr gut und ich merke eine veränderte  
Wahrnehmung im Allgemeinen seit dem Retreat.“

„Ich mache täglich unser Chi Gong und unsere Atemübungen  
und fühle mich gut.“

„Ich kann jetzt Stresssituationen schneller einordnen und habe mir  
das vorschnelle ´ja, ich mache das´ abgewöhnt. Auch gelingt es  
mir, abends schneller abzuschalten und besser zu schlafen.“

„Beruflich bin ich sehr entspannt und es bewegt sich plötzlich viel.“