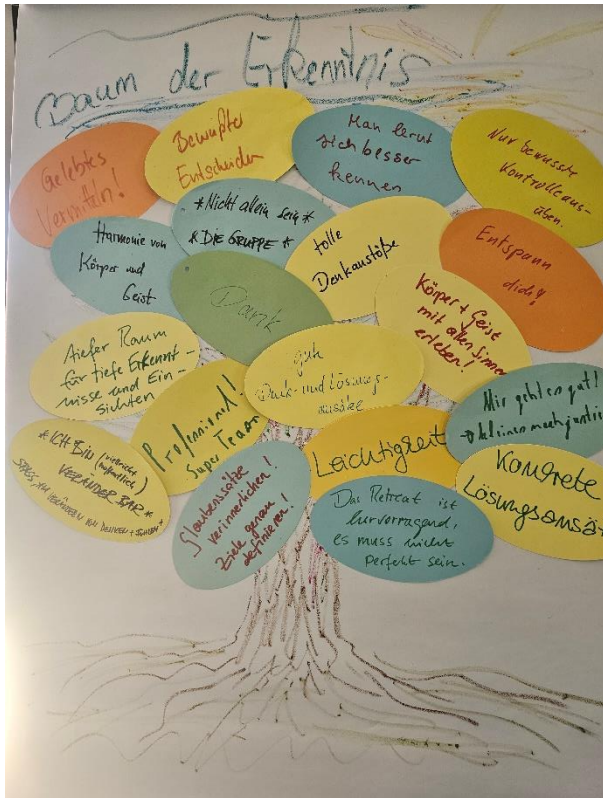


NextHealth Business Retreat vom 25.04. bis 28.04.2025



SEMINARERORTE und FEEDBACK

direkt nach dem Seminar und vier Wochen danach



Gelebtes Vermitteln erlebt

Bewusster entscheiden ist wichtig

Man lernt sich besser kennen

Harmonie von Körper und Geist

Nicht allein sein - diese Gruppe trägt

Tolle Denkanstöße erhalten

Entspann' dich!

Körper und Geist mit allen Sinnen erleben

Dankeschön!

Tiefer Raum für tiefe Erkenntnisse und Einsichten

Gute Denk- und Lösungsansätze

Ich habe mir heute einen neuen „Begleiter“ in den Garten gestellt als Anker für unsere Zeit und die positiven Gefühle und Erfahrungen, die ich vom Retreat mitnehme.

Ich denke gerne daran und möchte die Erkenntnisse und Erfahrungen gerne bewahren und weiter in meinen Alltag transformieren, bisher gelingt das ganz gut: morgens aufschreiben, meditieren, visualisieren, atmen. Kleine Schritte.

Ich bin (vielleicht hoffentlich) veränderbar und hatte Spaß am Verändern von Denken und Fühlen

Professionell - Super Team!

Glaubenssätze verinnerlichen! Ziele definieren! Beispielsweise nur bewusste Kontrolle ausüben

Leichtigkeit im Seminar

Die Glaubenssätze bzw. die geänderten Glaubenssätze begleiten mich sehr

Das Retreat ist hervorragend, es (ich) muss nicht perfekt sein.

Konkrete Lösungsansätze erhalten

Mir geht es gut! Kleines nachjustieren ist immer möglich

Ich habe das morgendliche Qi Gong fest in meinen Alltag integriert und arbeite daran, die Tage nicht zu überborden

Die Zeit vor Ort war sehr intensiv und ich hatte ein bisschen die Befürchtung, dass es wie eine Blase sein könnte und die Erfahrungen dort wieder verfliegen. Dem ist aber nicht so, ich konnte doch erstaunlich vieles aus dem Retreat mitnehmen und sogar weiterentwickeln.

Durch meinen Urlaub nach dem Retreat fühlt es sich an, als wäre dieser schon eine Ewigkeit her. Aber ich habe auch im Urlaub einige Sachen mitnehmen können. Morgendliches Schreiben und Qigong gehören zur Routine. In meinem vollen Briefkasten hat mich Sonntagabend meine Nachricht an mich selbst erwartet. Das war ein ganz großartiger Reminder an unsere gemeinsame Zeit und macht es mir leicht, an unsere Übungen und Themen anzuknüpfen.

Meine morgendliche Routine hat sich vollkommen verändert. Ich stehe an vielen Tagen einfach 30-40min früher auf, um aufzuschreiben, zu meditieren und zu visualisieren. Auch meine morgendlichen Mobility Übungen mache ich seitdem wieder regelmäßiger.

Die transformierten Glaubenssätze begleiten mich sehr - begleiten ist zu wenig, sie tragen mich. Und zu den beiden, die ich im Retreat transformiert habe, konnte ich zwei weitere hinzufügen. Auch meine Antreiber mache ich mir seit dem Wochenende viel bewusster.

Ich bin so froh darüber, dass es in diesem Jahr mit dem Business Retreat geklappt hat. Vielen Dank für das hohe Engagement – auch an euer gesamtes Team – an diesen Tagen sowie in der weiteren Nachbereitung!

Das Retreat mit den Interaktionen in der Gruppe, mit den Coaches und auch mit sich selbst, hat nicht meine originäre Sicht auf die Welt geändert. Dies war auch nicht meine Erwartung/Anforderung. Es hat aber meine Sichtweise nochmals geschärft. So konnte ich für mich wesentliche Elemente mit übernehmen, die ich schrittweise in meinen Alltag – beruflich und privat – integrieren werde.

Es war alles sehr gut aufeinander abgestimmt – Körper/Geist, Freiraum und Interaktion, unterschiedliche Trainingselemente, weiteres Material

Ich kann und werde den Retreat gerne weiterempfehlen! Die investierten Tage an Freizeit waren sehr gut angelegt. Ich habe meine Kern-Learnings auf zwei DIN-A4 Blättern gut unterbringen können. Diese begleiten mich. Für mich ist dies kein Prozess vom Retreat in den Alltag, sondern eher eine kontinuierliche Weiterentwicklung des eigenen Alltags.

Tatsächlich war der Retreat an einem wichtigen Scheideweg für mich und ich habe berufliche Veränderungen 3 Tage danach umgesetzt. Ich reduziere meinen Job auf 30 %, um endlich die Zeit für meine Unternehmung und mich zu haben, die ich mir schon so lange wünsche.

Durch die Aufdeckung meiner Werte weiß ich, dass ich gar keine andere Chance mehr habe als rauszugehen und meine Werte endlich zu leben.

Danke für Alles, ich hätte mir nicht träumen lassen, wie viele Impulse ich aufsauge. Danke für das Einzelcoaching. Danke für die Musikstücke von Miriam. Ich fand da am Anfang absurd, dass wir dort Klavier hören, aber es hat seinen Zweck sowas von erfüllt und seit dem Wochenende höre ich viel Scott Davis auf Spotify, am liebsten Nothing else Matters ;)