

MÄNNER:AUSZEIT

Männer-Retreat in der Natur



"Die zivilisatorische Schicht, die uns von der Wildnis trennt, ist nicht dicker als drei Tage."

(Robert Greenway)

- Wir verbringen **3 Tage** gemeinsam an einem Kraftort in **Trauhütten**.
- In dieser **bewussten Auszeit** lassen wir **Dinge los**, wie alte Gedankenmuster, die wir nicht mehr brauchen, um **Platz für Neues** zu schaffen.
- Wir beschäftigen uns mit den Fragen, was möchte ich **loslassen**? Was möchte ich in mein Leben **einladen**? Was ist **meine Vision**?
- Die **stille Kraft der Natur**, das **ehrliche Mitteilen** in der Gruppe und verschiedene Methoden und Aktivitäten werden uns dabei helfen, uns **auf das Wesentliche zu besinnen** und uns wieder ganzer zu fühlen.
- Der Raum den wir gemeinsam erschaffen und unser **Gruppen-Spirit**, werden uns dabei helfen.
- Mit einem klaren Kopf und einem offenen, starken Herzen kehren wir zurück.

IM RICHTIGEN INDIANER KENNT SEINEN SCHWEIZ



Wir sind die, auf die wir gewartet haben!
(Hopi Indianer, Oraibi)

MÄNNER:AUSZEIT

Männer-Retreat in der Natur



WANN?

19.6. – 21.6.2025

WO?

An einem ruhigen Ort in Trahütten

Ausgleich

250 € pro Person + Unterkunft
(ca. 50€) und Verpflegung (extra)

Sharing circles am Feuer
Breathwork-Sessions mit
Trommeln

Feuerritual

Wandern / Natur

Meditation / Stille

Yoga / QiGong / Körperübungen



Lukas



Alexander