

planoalto



┌ Aktiv-Retreat Wildnisfasten

Alpiner Rückzug
5 Tage, 30. Juni - 4. Juli 2012

Organisation und Information

- › *Prinzipien systemischer (Selbst-) Führung*
- › *Rituelle Strukturen und initiatorische Reisen*
- › *Auszeit, Leitbildarbeit und Visionssuche*
- › *Möglichkeiten für Rückzug, Reflexion & Wellbeing*
- › *Begleitete Naturerfahrung*



Kultur

Begleitung, Haltung und Methodik der Lehrtrainer, sind darauf ausgerichtet, Entwicklung auf mentaler, emotionaler und körperlicher Ebene zu fördern und einen Beitrag zu Lebendigkeit, Selbstverantwortung und persönlicher Ganzheit zu leisten.

Struktur

Für dieses Aktiv-Retreat begeben wir uns in die Bergwelt, wo wir zwischen den sicheren Alpweiden und den steinigen Gipfeln unser Basecamp aufbauen.

Herzstück des Retreats ist ein längeres Solo, welches Gelegenheit für Reflexion, Visionssuche und Auszeit bietet. Der Rückzug wird professionell begleitet und ist eingebettet in eine gemeinsame, tragende Struktur.

Leitung

Andrea Zuffellato, Erlebnispädagoge, Outdoortrainer, Prozessberater

TeilnehmerInnen und Voraussetzungen

Dieser Kurs eignet sich sowohl für KursabsolventInnen als auch für EinsteigerInnen und zum Schnuppern. Als Voraussetzungen gelten Freude an körperlicher Bewegung und durchschnittliche Fitness.

Daten und Kosten

5 Tage, 30. Juni - 4. Juli 2012

CHF 750.- / € 600.-

zzgl. Kosten für Reise und Verpflegung, ca. CHF 15.- / € 10.- pro Tag.

Anmeldung

Aktiv-Retreat "Wildnisfasten", 30. Juni - 4. Juli 2012

Name

Vorname

Adresse

PLZ/Ort

Telefon

Handy

E-Mail

Geburtsdatum

Besonderes

Ich melde mich hiermit verbindlich für das Aktiv-Retreat "Wildnisfasten" an.

Die Kosten betragen CHF 750.- / € 600.- (Bezahlung bei Anmeldung)

Ort

Datum

Unterschrift

einsenden an: planoalto, Lehnackerstrasse 31, CH-9033 Untereggen

Telefon: +41 71 855 33 02, Fax: +41 71 855 33 01, e-Mail: info@planoalto.ch





┌ «Ursprünglich war die Visionsuche ein Übergangsritual mit der Gestalt einer Reise in die Einsamkeit.»

Lexikon Erlebnispädagogik

Andrea Zuffellato und Astrid Habiba Kreszmeier S. 204