

# "Finde Deinen Weg!"

## Coaching in der Natur

Das Coaching Retreat bietet die Möglichkeit **inne zu halten** und eigene Bewertungsmuster zu reflektieren. Themen wie: "Sich selbst voll annehmen, wie ich bin und nicht, wie ich glaube wie die Erwartungen von außen sind", stehen im Focus. In Bewegung in der Natur können innere Schleifen wie zum Beispiel der "Selbstoptimierung" beleuchtet werden.

Die Aufmerksamkeit auf die Einfachheit zu lenken, sie wertzuschätzen und tiefe **Zufriedenheit** darin zu finden und zu fühlen, ist eine Ausrichtung des Coaching Retreats.

Die Schönheit der Natur kann Ihnen helfen, Ihre innere Schönheit zu erkennen und wertzuschätzen. Wie eine Perle die versteckt ist und entdeckt werden muss.

### Rahmen und Ablauf des Retreats

1. Tag: Ankommen

2. - 4. Tag: 8.30 gemeinsames Frühstück  
9.30 Coaching  
13.00 „Pranzo“  
ab 14.00 individuelle Tagesgestaltung

5. Tag: Abschluss



### Über mich und meine Arbeitsweise

Ich bin systemische Therapeutin, Supervisorin und Coach

**Achtsamkeit, Akzeptanz und Wertschätzung** bilden das Fundament meiner Arbeitsweise. Dieses erlaubt in einem geschützten Rahmen, sich für neue Erfahrungen zu öffnen und sich auf Veränderungsprozesse einzulassen.

Eine **ressourcenorientierte Haltung und Herangehensweise** gehört zu meinen **Grundsätzen**. Jede Person verfügt über Ressourcen, die eventuell verdeckt sind. Im Coaching können diese wieder entdeckt und zugänglich gemacht werden.

## **Setting:**

Jeden Tag wird ein anderer anregender Ort in der Region aufgesucht und die Vollkommenheit und Schönheit der Natur, sowie die Ressourcen einer Gruppe als Quelle der Inspiration und Kraftschöpfung genutzt.

In der Bewegung in der Natur können Gedanken und Ideen leichter in einen Fluss kommen.

Um den geschützten Rahmen zu wahren und eine intensive Auseinandersetzung zu ermöglichen findet das Coaching Retreat in **Kleinstgruppen** statt.

(Max. TN Zahl: **4** Personen)

Wenn Sie Interesse an diesem Coaching Retreat haben, dann nehmen Sie gern mit mir Kontakt auf und ich sende Ihnen detaillierte Informationen zu.

[www.Deine-Wege-Coaching.de](http://www.Deine-Wege-Coaching.de)

[a\\_heinicke@web.de](mailto:a_heinicke@web.de)



## **Weihnachtsangebot**

### **Kosten:**

- Coaching: 600 Euro
- Übernachtung (incl. Frühstück + Pranzo vegetarisch)  
400 / 500 Euro (1/ 2 Bettzimmer)
- Transfer vom Flughafen/Bahnhof möglich – zzgl. 100 Euro
- Verlängerung des Aufenthalts im Ferienhaus für 40 Euro pro Nacht

