

Programm und Infos 3-Tages-Seminar in Goldswil

Freitag 01.11. 2024

Eintreffen: 9.15 Uhr

Start: 9.30 Uhr

Kennenlernen, Programmablauf, Orientierung

Erster Teil Kursprogramm

Pause

Zweiter Teil Kursprogramm

Aktive Begegnungsübungen

Kleine Prozessarbeiten Einstieg, weitere Übungen

(Achtsamkeitsübungen, Meditationen, Ressourcen bilden etc...)

Mittagessen 12.30 Uhr

Start: 14.30 Uhr

Ankommen im Mittag

Erste Aufstellung

Pause

Zweite Aufstellung

Abschluss erster Tag

Abendessen 19.00 Uhr

danach bis ca. 22.00 Uhr

Wer Lust hat darf noch zum Feuer kommen und etwas sein, intuitives Singen, Tanzen, Musik etc.

Samstag 02. 11. 2024

Start: 9.00 Uhr

Einstieg

Dritter Teil Kursprogramm

Pause

Tanzmeditation

Mittagessen 12.30 Uhr

Start: 14.30 Uhr

Ankommen im Mittag

Erste Aufstellung

Pause

Zweite Aufstellung

Abendessen 19.00 Uhr

danach bis ca. 22 Uhr

Wer Lust hat : Geschichte hören, Film schauen, Spiele spielen oder einfach nur sein und austauschen....

Sonntag: 03.11.2024

Start: 9.00 Uhr

Achtsamer Einstieg

Erste Aufstellung

Pause

Zweite Aufstellung

Mittagessen 12.30 Uhr

Start: 14.30 Uhr

Prozessarbeit

Was nehme ich mit, was brauche ich noch?

Überraschungsausklang

Verabschiedung mit Schlussrunde

Ende ca. 18 Uhr

Freiwillig am Abend ab ca. 19 Uhr:

Einkauf für Grillabend-Abschluss

Wer möchte, darf gerne das Abendessen am Feuer geniessen. (Wetterabhängig)

Kleidung:

Da gewisse Übungen auch im Freien stattfinden, empfiehlt es sich, gutes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung mitzubringen. Wer gerne mal ein kaltes Bad im Brienersee geniessen will, nimmt auch das Badezeugs mit ;-)

Essen:

Die Mahlzeiten können im Burgseelirestaurant Q mittags aus 2 Menüs selbst gewählt werden. Die Küche bietet immer auch eine vegetarische Variante. Abends ist die Menükarte etwas grösser. Bitte Unverträglichkeiten oder andere spezielle Wünsche mir per E-Mail vorab mitteilen.

Anfahrt Auto:

Ausfahrt Interlaken Ost, dann Richtung Ringgenberg. Über die Brücke fahren Richtung Ringgenberg, dann nach dem Trödelhaus Parkhotel links in den Stapfackerweg einbiegen. Jetzt siehst du schön das grosse gelbe Haus. Der Parkplatz befindet sich direkt links vom Haus (Kiesplatz). Wer im Burgseelirestaurant Q übernachtet, bitte das Auto dort parkieren. Zu Fuss sind es nur 5 min. zum Seminarraum (1. Stock)

Zug:

Haltestelle Interlaken Ost und dann mit dem Bus 103 bis Station Goldswil Parkhotel. Dort über die Strasse zum gelben grossen Haus laufen. (2min.)

Aufstellung:

Falls du eine Aufstellung gebucht hast: Ich werde mich bei dir melden, um genaueres noch abzusprechen. Gerne darfst du mir per E-Mail auch schon dein Anliegen mitteilen. Bitte max. eine A4 Seite. Dein Anliegen ist mir wichtig und ich nehme mir gerne Zeit für dich!

Sind noch Fragen offen? Dann melde dich gerne bei mir!

Ich freue mich auf eine achtsame und wohlwollende Zeit zusammen mit viel Erkennen, Wandel und Heilung! Friedensarbeit im Innern.

Herzliche Grüsse

Andrea Hunziker