

## Naturzeit

### Impulsabend im Baumhotel Auszeit

#### Zielgruppe

Menschen, die

- sich selbst etwas Gutes tun wollen
- auf der Suche nach einer Auszeit mit Mehrwert sind
- auf der Suche nach ihrer Persönlichkeit/Identität sind
- ihre Wahrnehmung für sich und das Umfeld schärfen möchten
- mehr Achtsamkeit in ihr Leben bringen möchten
- ihren Energiespeicher auffüllen möchten
- sich selbst begegnen möchten
- Motivation spüren möchten

#### Ihr Gewinn

- Anja Buntz und arriva kennenlernen
- Ein Gespür für sich selbst und sein Empfinden bekommen
- Kleine Impulse für den Alltag bekommen
- Eine kleine Auszeit vom Alltag in einer gesunden Umgebung
- Motivation für die Selbstfürsorge bekommen

#### Methoden

- Vortrag und Dialog
- Praktische Einheit indoor oder outdoor
- Feedback

#### Termin

**Freitag, 01.06.2018**  
18:00 - 20:00 Uhr

#### Kosten

25,- Euro inkl. MwSt., sowie Kaffee, Tee,  
Kaltgetränke und Snacks



---

## Programm

ab 17:45 Uhr	Ankommen
18:00 Uhr – 19:40 Uhr	Vortrag, Dialog und Fragen zu den Themen: Auszeiten in der Natur; Sich selbst und der eigenen Natur auf die Spur kommen
19:40 Uhr – 20:00 Uhr	Kurze Einheit zur Entspannung
ab 20:00 Uhr	Ausklang und noch mehr Zeit für Ihre Fragen und Ihr Anliegen



---

## **Ausschreibungstext**

An diesem Abend haben Sie die Möglichkeit zu schnuppern. Außerdem bekommen Sie eine Idee davon was es heißt, seiner eigenen Natur auf die Spur zu kommen.

**Was macht mich aus?**

**Was bereichert mich?**

**Worin bin ich Meisterin?**

Es gibt noch weit mehr Fragen, die es beantworten gilt, wenn Sie Ihr volles Potenzial entfalten in Ihre eigene Kraft finden wollen. Diese können wir zwar nicht alle an diesem Abend beantworten. Dennoch können Sie einen Einblick bekommen, was so alles in Ihnen steckt.

Obendrein haben Sie noch die Möglichkeit Anja Buntz und arriva kennenzulernen und zu erleben.

Geben Sie sich einen Rück, gönnen Sie sich eine kleine Auszeit in der Natur – eine Naturzeit. Es lohnt sich!



Foto für die Ausschreibung: Naturzeit | Impulsabend im Baumhotel Auszeit  
(für eine größere Auflösung bitte melden.)