



FREI SEIN in und mit der Natur

Die Sehnsucht nach der Natur ist auch eine Sehnsucht nach Befreiung aus unserem durchgetakteten und immer öfter auch fremdgesteuerten Leben. Frei in-der-Natur-sein heißt nicht nur räumlich „weg“ zu sein, sondern auch die Fesseln des Alltags abzuwerfen. Wir lassen uns ohne Plan und Ziel einfach von unserem freien Interesse leiten und erspüren dabei unsere Lebendigkeit.

Durch das freie Umherstreifen in den Wäldern, über Hügel, Wiesen und Felder lassen wir unsere Aufmerksamkeit schweifen, erkunden und entdecken die Natur und kommen so über die äußere Landschaft auch unser inneren Landschaft und Natur wieder spürbar näher.

Seminarleistungen:

Auszeit-Begleitungen* mit

- Einzelgespräch (Bedürfnisklärung)
- Ankommensübung/Daseins-Übung
- 3 Streifzüge durch die Natur – freie Naturerfahrung
- Persönliche Nacharbeit/Reflexion der einzelnen Naturerfahrungen
- Auszeit-Tagebuch/Naturlogbuch

Es wird ein Aufenthalt von mind. 3 Nächte in einem Naturpark-Partnerbetrieb empfohlen – die Einrichtungen des Betriebes können kostenlos genutzt werden.

Preis:

1 Person	€ 300,-
2 Personen	€ 250,-
ab 3 Personen	€ 200,-

Buchbar von Mitte April bis Mitte November nach vorheriger Terminabsprache.