Gemeinsam neue Wege gehen

Ein Erlebniswochenende für Körper, Geist und Seele

Raus aus dem Alltag – hinein in die Natur, in die Gemeinschaft und zu neuen Perspektiven!

Wir laden dich herzlich zu einem besonderen Wochenende ein, an dem Bewegung, Abenteuer, Entspannung, Begegnung und persönliche Stärkung im Mittelpunkt stehen.

Gemeinsam wollen wir die Natur erleben, aktiv sein, zur Ruhe kommen und neue Kraft schöpfen. Es erwartet dich eine abwechslungsreiche Mischung aus gemeinsamen Aktivitäten, wohltuenden Yogaeinheiten, wertvollem Austausch und psychologischer Unterstützung.

Das erwartet dich:

🌿 Wandern – den eigenen Weg entdecken

Bei einer gemeinsamen Wanderung genießen wir die Natur, lassen den Alltag hinter uns und schaffen Raum für gute Gespräche, neue Gedanken und persönliche Auszeiten.

🛶 Kanufahren – gemeinsam in Bewegung kommen

Auf dem Wasser erleben wir Abenteuer, Teamgeist und gegenseitiges Vertrauen. Wir entdecken, wie schön es ist, gemeinsam unterwegs zu sein und Herausforderungen miteinander zu meistern.

🧘 Yoga – Körper und Geist in Einklang bringen

Mit Yogalehrerin Gretl erleben wir wohltuende Yogaeinheiten, die uns helfen, zur Ruhe zu kommen, den eigenen Körper bewusst wahrzunehmen und neue Energie zu tanken. Zeit zum Durchatmen, Loslassen und Auftanken.

🍲 Gemeinsam kochen – Gemeinschaft erleben

Zusammen einkaufen, schnippeln, kochen und genießen. Beim gemeinsamen Essen entstehen Begegnungen, Gespräche und schöne Momente in entspannter Atmosphäre.

💚 Psychologische Unterstützung – Kraft für die Seele

In einem geschützten und wertschätzenden Rahmen gibt es Raum für persönliche Anliegen, Gespräche und Reflexion. Mit psychologischer Begleitung durch Hartmut Amos können wir eigene Ressourcen entdecken, neue Perspektiven entwickeln und Impulse für den Alltag mitnehmen. (Thema siehe Beiblatt)

Was wir gemeinsam erleben möchten:

- Abstand vom Alltag gewinnen und neue Energie tanken
- Körper und Geist durch Bewegung und Entspannung stärken

- Eigene Stärken und Ressourcen entdecken
- Gemeinschaft, Vertrauen und Zusammenhalt erfahren
- Sich austauschen, gegenseitig unterstützen und voneinander lernen
- Mut und Zuversicht für neue Wege entwickeln
- Freude, Leichtigkeit und Lebensqualität erleben

Für wen ist das Wochenende gedacht?

Für Menschen, die sich eine bewusste Auszeit wünschen, neue Kontakte knüpfen möchten und offen für gemeinsame Erlebnisse, Entspannung und persönliche Entwicklung sind.

Unser Motto:

Körper in Bewegung bringen. Den Geist öffnen. Der Seele Raum geben.

Wir freuen uns auf ein Wochenende voller Natur, Abenteuer, Entspannung, Begegnungen, gemeinsamer Erlebnisse und wertvoller Momente!

Termin: 09.-11.07.2027
Ort: Camping Aqua Hema; Oberes Dorf 7; 93476 Blaibach
Dauer: Freitag bis Sonntag
Teilnahmebeitrag: 150€

Anmeldung und Informationen: Thomas.Einsiedel@freundeskreise-sucht-bayern.de