Stille Tage zum Jahresbeginn

Retreat „Aus der Stille in die Kraft“ vom 14.-16. Januar 2022

Casa Cara, Gefrees

Selten war der Beginn eines neuen Jahres mit so viel Erwartung, aber auch Verunsicherung verbunden wie nun. Nach knapp 2 Jahren Pandemie mit krisenhaften Erlebnissen, Verlusterfahrungen, Kontrollverlust, aber auch neuen Möglichkeiten und Perspektiven lohnt sich ein Innehalten: Was trägt uns, was dürfen wir loslassen, wonach können wir uns ausstrecken?

Für die Zeit des Übergangs und den Prozess der Transformation hat Andy Lang Erfahrungsräume eröffnet, in die hinein mögliche Antworten auf diese Fragen geboren werden können.

Mit gemeinsamen Singen, Schweigen, Meditieren, bewegen, sich achtsam austauschen und Natur erleben können diese Räume sich weiten.

Ruhe und Entspannung werden vermittelt durch verschiedene Erfahrungen: Gemeinsam und alleine Stille erleben, sich in der Winter – Wonderland Natur des Fichtelgebirges aufgehoben fühlen, miteinander in der Waldkapelle Sein und Singen und ein bewegter und bewegender Nachmittag mit Andys Freundin Christine Honikel, die als Tanztherapeutin uns achtsam und feinsinnnig in die Bewegung bringt zu faszinierenden Ethno Sounds. So können wir vielfältig gestärkt auf unsere innere Reise gehen, um unsere äußeren Verpflichtungen und Vorhaben voller Kraft und Gelassenheit anzugehen.

Infos und Anmeldung direkt bei Andy unter [info@andy-lang.de](mailto:info@andy-lang.de)

Ablauf: Das Seminar beginnt am Fr., 14.1.22 um 19.30 und endet am So. 16.1. um ca. 15.00.

Kosten: Die Seminargebühr beträgt 195 € und wird bar bei Seminarbeginn fällig.

Essen: Wir bereiten zwei leichte Mittagessen und ein Dinner gemeinsam vor. Mitbringsel sind willkommen.

Storno: Bei Absagen ab 4 Wochen vor Seminarbeginn sind 50 % der Seminarkosten zu erstatten, ab 1.1.22 75 %

Übernachtung: im Doppelzimmer für 29 € pro Person.

Anmeldung: [info@andy-lang.de](mailto:info@andy-lang.de)

[www.andy-lang.de](http://www.andy-lang.de)

Bahnhofstr. 1, 95482 Gefrees

09254 326716

Verbindliche Anmeldung:

Name, Adresse

Tel (mobil)

Email

Übernachtung?

Unterschrift

Unterschrift 2. Person: