

Unterkunft



Hotel Winterberg Resort
www.hotelwinterberg-resort.de



Kosten für das Seminar:

Doppelzimmer: 42 Euro p.P./ÜF
Einzelzimmer: 57 Euro ÜF
Zweibettzimmer: 76 Euro ÜF
(zur Einzelnutzung)

Teilnahmegebühr: 130 Euro

**Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt.
Anmeldefrist: 02. September 2017**



Kontakt:

Stephan Kamps
Aloysianastr. 28
46399 Bocholt
Tel.: 02871/487887
0178/6687490

E-Mail: skamps@outlook.de
www.stephankamps-marathondeslebens.de

Meditation und **Mountainbiking**



Aktiv-Seminar mit Tages-Mountain-Bike-Tour

Freitag 06. Oktober – Sonntag 08. Oktober 2017

Ein Seminar für Körper und Geist

Auf Entdeckungsreise -
meine Möglichkeiten, Fähigkeiten, Potentiale

Worum geht's?

Lebendigkeit, Leichtigkeit und Tatkraft ins eigene Leben bringen

Was macht mich frei und glücklich? Wo bin ich stark?

Wofür schlägt mein Herz? Was erfüllt mich?

Was trägt mich und macht mich weit?

Inhalte

- Mein "Marathon des Lebens"
- Mein Leben, ein Geschenk – das Tor zum Herzen
- Meine Außenwelt als Spiegel meiner Innenwelt
- Meine BIG FIVE – was zählt?



Ablauf

Freitag: Ankunft von 15.00-16.00 Uhr

Block I 16.30 -18.00 Uhr

Block II 20.00-21.30 Uhr

Samstag

Block I: 10.30 – 15.30 Uhr: Mountainbike-Tour mit Meditationen und Besinnungs- Impulsen (inkl. Zwischenstation mit Verpflegung)

Wichtig: Besondere sportliche Voraussetzungen sind nicht erforderlich. Bei der (Mountain) Bike-Tour handelt es sich um eine wunderschöne Rad-Tour durch das Orketal. Die Tour findet mit E-Mountainbikes statt. Bikes und Helme werden vom Haus gestellt.



Block II: 18.00 – 20.00 Uhr
(anschließend. gemeinsames Abendessen außerhalb)

Sonntag

Block 10.30 – 14.00 Uhr

Abreise