

Unterkunft



Hotel Winterberg Resort

www.hotelwinterberg-resort.de



Kosten für das Seminar:

Zweibettzimmer: 47 Euro p.P./ÜF

Einzelzimmer: 81 Euro p.P./ÜF

Kursgebühr: 130 Euro

Kontakt:

Stephan Kamps

Aloysianastr. 28

46399 Bocholt

Tel.: 02871/487887

0178/6687490

E-Mail: skamps@outlook.de

www.stephankamps-coaching.de

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt.

Anmeldefrist: 30. Juli 2018

Meditation und **Mountainbiking**



Aktiv-Seminar mit Tages-Mountain-Bike-Tour

Freitag 07. Sept. – Sonntag 09. Sept. 2018

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 III 10.30 – 14.00 Uhr

Abreise