

Unterkunft



Hotel Winterberg Resort

www.hotelwinterberg-resort.de



Kosten für das Seminar:

pro Person

Zweibettzimmer: 40 Euro ÜF/Nacht

Einzelzimmer: 75 Euro ÜF/Nacht

Kursgebühr: 140 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 2019

Meditation und *Mountainbiking*



Aktiv-Seminar mit Tages-Mountain-Bike-Tour

Freitag 06. Sept. – Sonntag 08. Sept. 2019

“Feel free“ - Der Adler in DIR

**Wer fliegen will, muss den Mut haben,
den Boden zu verlassen.**

Worum geht's?

Eigene Möglichkeiten, Fähigkeiten, Potentiale entdecken und zur Entfaltung bringen

Was macht mich frei? Wo bin ich stark?

Wofür schlägt mein Herz? Was erfüllt mich?

Was trägt mich und macht mich weit?

Inhalte

- Versorgungsstationen und Energizer im Leben
- Auftrieb – „Hoch hinaus“ mit gutem Gefühl
- Entscheidungen treffen, Verantwortung übernehmen
- 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