

REWILD YOURSELF

4-Tage Empowerment Retreat
im Nationalpark Kalkalpen





Wie Du den Weg zurück zu dir selbst findest:

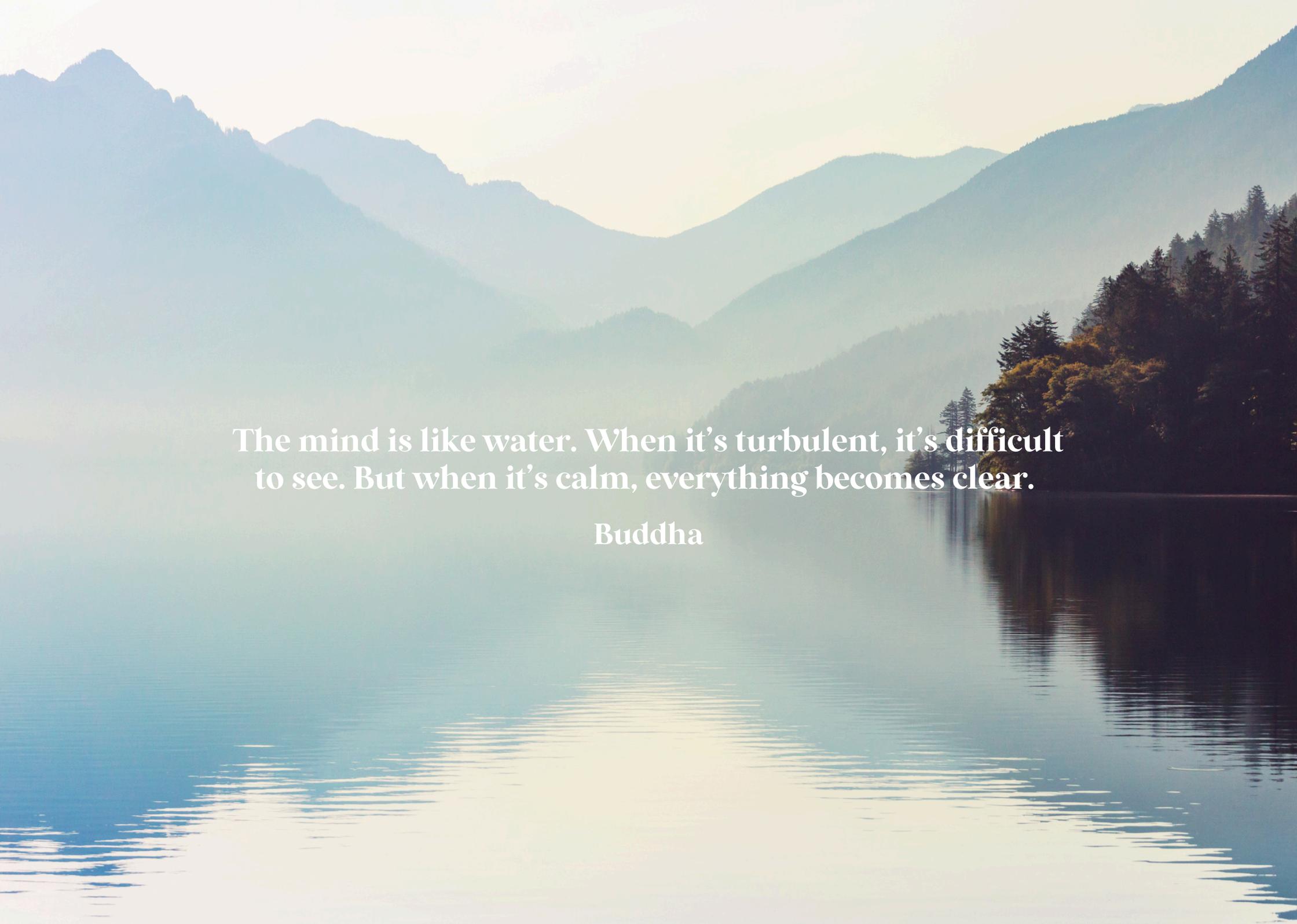
**Mind und Körper im Einklang:
Rewiring your brain, Embodiment Coaching
und Atemtechniken.**

**Innere Stärke und Resilienz:
Selbstführung, Grenzen setzen,
Emotionen und Konflikte meistern.**

**Loslassen und Entspannen:
Detox für Körper und Nervensystem,
Naturarbeit und Reflexion.**

**Gemeinschaft und Selbstpflege:
Gruppen- und Einzelarbeiten, Austausch und
Stärkung der Selbstfreundschaft.**

**Well-Being erleben:
Wanderungen, Abenteuer, Ruhe und Feiern.**

A serene landscape featuring a calm lake in the foreground, reflecting the surrounding environment. In the background, there are layers of misty, blue-toned mountains. The sky is a soft, pale yellow, suggesting a sunrise or sunset. On the right side, a dense forest of evergreen trees is visible, with some trees reflected in the water. The overall atmosphere is peaceful and contemplative.

The mind is like water. When it's turbulent, it's difficult to see. But when it's calm, everything becomes clear.

Buddha



Dieses Retreat ist für dich, wenn...

- **du persönliches Wachstum anstrebst und dich weiterentwickeln möchtest**
- **du unter Stress, Druck oder Überforderung leidest**
- **du dir zu wenig Zeit für dich selbst nimmst**
- **du viel leistest und in einer unterstützenden Gruppe Klarheit suchst**
- **du gerade durch viele Veränderungen gehst**



Retreat-Details

Inkludiert:

- **4 Tage Retreat: Gruppen- und Einzelsessions in wilder Natur**
- **Unterkunft in der Villa Sonnwend, Nationalpark Lodge ***+**
- **Einzelzimmer mit Halbpension (Frühstücksbuffet, 4-Gang-Abendmenü)**
- **Ranger Tour, Feuer-Session, Abschlussfeier**
- **Bahnhofstransfer, Parkplätze, Fahrradverleih**



Termine

Termine:

- **22.04.2025 – 26.04.2025**
- **05.08.2025 – 09.08.2025**

Exklusiv:

- **Nur 4–6 Teilnehmer:innen**

Anmeldung bis:

6 Wochen vor Retreat-Beginn

Leitung:

- **Marie-Theres Euler-Rolle**
- **Barbara Zuber**



Investition

Investition (exkl. USt):

- **Anzahlung bei Buchung: 500,- EUR**
- **Restzahlung: 1.550,- EUR**

I bring a friend:

- **10% Rabatt**

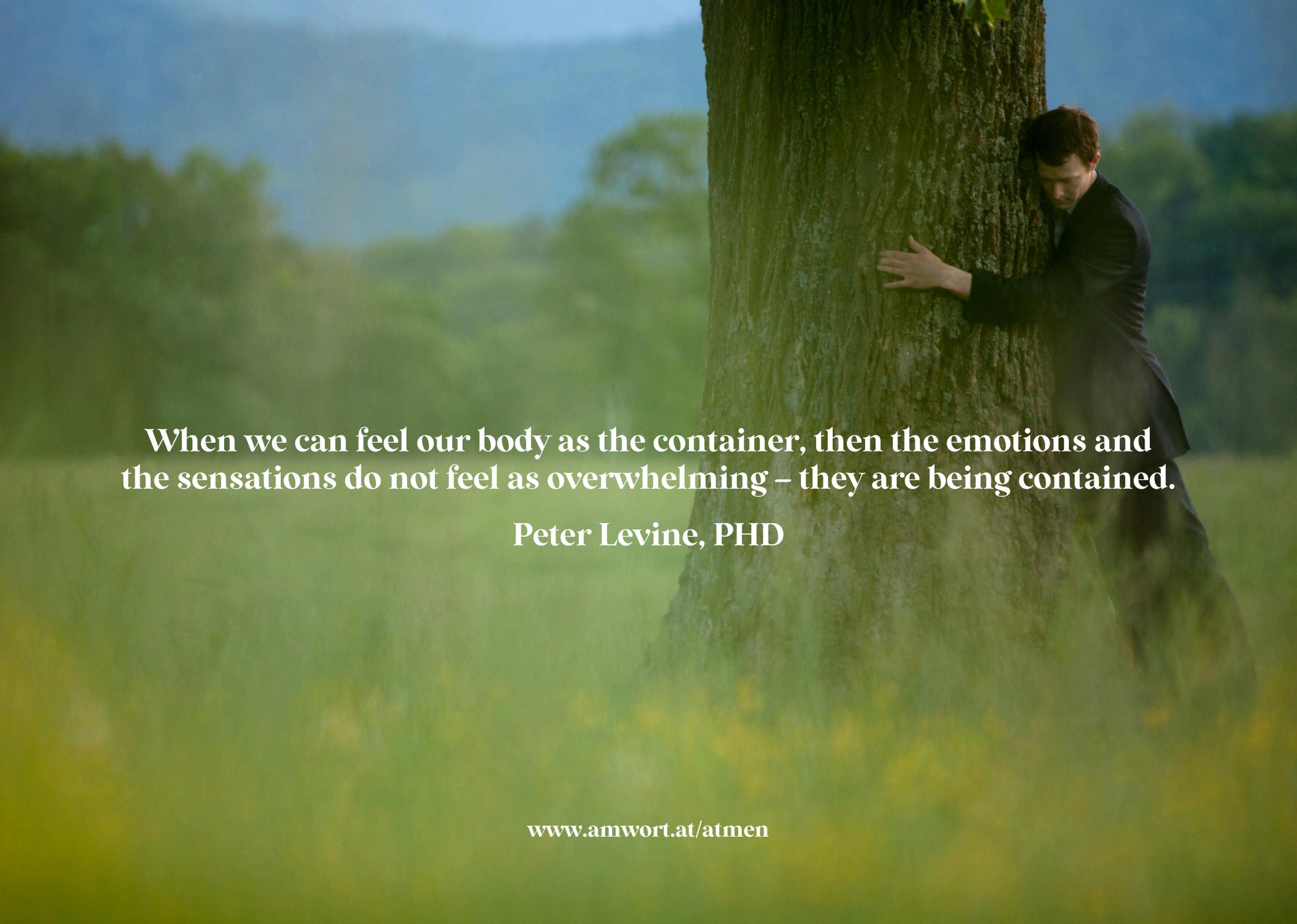
Kontakt für Anmeldung:

- **Marie-Theres Euler-Rolle:
euler-rolle@amwort.at**
- **Barbara Zuber:
zuber@barbara-zuber.de**
- **Telefon: +43 – 1 – 235 09 62**

Storno: 100% Rückerstattung bis 60 Tage vor Beginn

50% Rückerstattung 30-59 Tage vor Beginn

0% Rückerstattung 0-29 Tage vor Beginn

A man in a dark suit is leaning against the trunk of a large, textured tree. He is looking down and has his hand resting on the bark. The background is a soft-focus green field under a blue sky.

When we can feel our body as the container, then the emotions and the sensations do not feel as overwhelming – they are being contained.

Peter Levine, PHD

www.amwort.at/atmen