

# ◊ Finde Deinen Weg! ◊

Coaching in der Natur

\*\*\* Weihnachts-Special \*\*\*

Toskana · Frühjahr 2025

## Das Coaching Retreat

Das Coaching Retreat bietet die Möglichkeit **inne zu halten** und eigene Bewertungsmuster zu reflektieren. Themen wie: **"Sich selbst voll annehmen, wie ich bin"**, stehen im Focus.

In **Bewegung in der Natur** können innere Schleifen wie die **"Selbstoptimierung"** durchbrochen werden.

Die Aufmerksamkeit auf die **Einfachheit** zu lenken und tiefe Zufriedenheit darin zu finden, ist eine zentrale Ausrichtung.

## Die Schönheit der Natur

Die Schönheit der Natur hilft Ihnen, Ihre innere Schönheit zu erkennen und wertzuschätzen. Wie eine **versteckte Perle**, die darauf wartet, entdeckt zu werden.

**Nutzen Sie die besinnliche Zeit nach Weihnachten, um Ihr Leben neu zu erfinden!**

## Rahmen und Ablauf

**1. Tag:** Ankommen & Begrüßung

**2. - 4. Tag:** 8.30 gemeinsames

Frühstück

9.30 Individuelle Coaching-Sitzungen

13.00 Mediterranes „Pranzo“

ab 14.00 Freie Zeit in der Natur

**5. Tag:** Abschluss & Ausklang

Das Retreat ist bewusst mit Freiräumen gestaltet, damit sich individuelle Entwicklungen natürlich entfalten können.

### Setting:

Tägliche Ortswechsel in der Toskana. Kleine Gruppe von max. 4 Personen für intensive, persönliche Betreuung.

\*\*\* Weihnachts-Special \*\*\*

**Exklusives Angebot für die Weihnachtszeit!**

Nutzen Sie die besinnliche Zeit nach Weihnachten, um Ihr Leben neu auszurichten und zu erfinden.

### Über Anja Heinicke

Systemische Therapeutin, Supervisorin und Coach.

Achtsamkeit, Akzeptanz und Wertschätzung bilden das Fundament meiner Arbeitsweise. Ressourcenorientierte Haltung für nachhaltige Veränderungen.

### Preise

**Coaching: 600 €**

**Übernachtung (inkl. Frühstück + vegetarisches Pranzo):**

400 € / 500 € (Einzel-/Doppelzimmer)

**Transfer Flughafen/Bahnhof: +100 €**

**Verlängerungsnacht: +40 €**

### Kontakt

[www.deine-wege-coaching.de](http://www.deine-wege-coaching.de)

[anja.heinicke.coaching@gmail.com](mailto:anja.heinicke.coaching@gmail.com)



Website QR-Code

◊ \_\_\_\_\_ ◊  
"Die Natur lehrt uns, dass jeder Moment kostbar ist und wir in unserer eigenen Schönheit erstrahlen können." ◊ \_\_\_\_\_ ◊