

Was wäre, wenn die negativen Gedanken ... nur schlechte Märchen sind?

Dein Retreat zum fabelhaft Loslassen

Das erwartet dich:

- ein Date mit dir selbst
- Tiefenentspannung statt Alltagsstress
- leicht umsetzbare Tools für sofortige Entlastung
- Natur, die dich stärkt
- Silent Walking unter dem Sternenhimmel
- Humor, der deinen Kopf befreit
- kreative Übungen, hinter denen mehr steckt als du vermutest
- nette Menschen für neue Kontakte

Highlights

- 🌿 Dein Highlight:
Entlarve mit einem Augenzwinkern negative Gedanken, die nach Aufmerksamkeit heischen und dich bei der Erreichung deiner Ziele bremsen.
- 🌿 Verleihe schweren Gedanken mehr Leichtigkeit.
Lerne, wie du in stressigen Momenten wieder die Regie in deinem Kopf übernimmst.
- 🌿 Und schreibe dein eigenes Happy End.

Retreat

1. Westerwald | Oase Greifenstein

26.-28. Juni 2026

499 € (inkl. Unterkunft & Vollverpflegung)

2. Seminarhaus Haus Einklang

21.-23. August 2026

599 € (inkl. Unterkunft & Vollverpflegung)

Lange Str. 45, 37697 Lauenförde

3. Wuppertal | Bellanova

31. Oktober 2026 (Tages-Retreat ohne Übernachtung)

169 € (inkl. der Highlight-Tools aus den Wochenend-Retreats)

Keine Vorkenntnisse nötig!

✉️ Jetzt Platz sichern:

info@stress-management-school.de

☎️ Christian Mörsch: 0171 5323538

☎️ Rino Bellanova: 0179 2216496

