

Mehr als Urlaub

(Sich) Annehmen und Genießen



6 Tage MEA am Meer in Lentas (Kreta)

19.-24. Mai 2018

(weitere Termine ab 4 Pers. n. Abspr. mögl.)

Herzlich Willkommen

Möchten Sie eine Auszeit nehmen, in der Sie Urlaub und Selbsterfahrung verbinden?

Möchten Sie sich und Ihr Umfeld in einer kleinen Gruppe oder ganz individuell freundlich betrachten, liebevoll begegnen, entspannt gehen lassen, gelassen annehmen, genießen und beschmunzeln?



Mit MEA am Meer machen Sie mehr als Urlaub:

- ☀ MEA – Meridian-Energie-Arbeit ist eine Stressbewältigungsmethode, die Klopfakupressur nutzt, ähnlich wie EFT (Emotional Freedom Techniques, Gary Craig). Sie ermöglicht zu entspannen, ohne lange zu üben. (mehr: www.kerstin-horngacher.de)
- ☀ "Ich liebe und akzeptiere mich so, wie ich bin." lautet ein zentrales Element von MEA. Durch ein Gegenüber wird der Prozess der Selbstannahme intensiviert.
- ☀ Sie erwarten Erfahrungen mit MEA, Qi-Gong, Achtsamkeit, Naturerlebnissen, Beschäftigung mit Ihrem Anliegen und Austausch untereinander.
- ☀ Sich im jeweiligen Augenblick anzunehmen ist ein Genuss für alle Sinne.

Mehr als Urlaub

Lentas ist ein kleiner Ort an der Südküste Kretas, dessen Bucht der „Löwenfelsen“ schützt. In der Antike stand in Lentas ein Asklepios-Heiligtum, zu dem Menschen kamen, um zu heilen. Landschaftlich schön gelegen bietet Lentas gute Möglichkeiten, um in der Gruppe und allein, durch geleitete Übungen und Austausch (mit sich) in Kontakt zu kommen und zu genießen.



Sie können wählen zwischen:

Einzel statt Gruppe 480,- € (6 Tage zu individ. Zeit und Thema)	Gruppenteilnahme 290,- € (Frühbucher bis 6 Mon. im Voraus 260,- €)
(Tel.) Ausgangssituations- und Zielklärung	UE = 45 min Einheit
tägl. Einzelcoaching (60 min / 90 min)	morgens tägl. 4 UE Seminar
optional abends 1 UE Entspannungsübungen	1 x Ganztagsseminar an anderem Ort
Abschlussgespräch	
(Tel.) Nachgespräch ca. 2 Wochen nach Ankunft zuhause	

Bei gemeinsamer Anmeldung von mind. 4 Personen sind auch andere Seminartermine vereinbar, 260€ p.P.

Und noch mehr

Das Angebot „Mehr als Urlaub“ ist auf Individualreisende ausgerichtet. Sollten Sie jedoch Fragen zu Anreise oder Unterkunft haben oder ein Pauschalangebot wünschen, helfe ich Ihnen gerne weiter.

Planen Sie mit mind. 3 weiteren Personen zu kommen, können Sie auf Wunsch auch andere Termine und Themen mit mir vereinbaren.

Möchten Sie *Einzel statt Gruppe* als Paar buchen, kosten die 6 Tage insges. 680,- €.

Sie erreichen mich auch in Deutschland

Kommen Sie zu Einzelsitzungen nach Osnabrück (Beratung auch via Telefon oder Skype/Internet möglich), finden Sie ein Gruppenangebot oder buchen Sie mich für eine Fortbildung in Ihrem Unternehmen.

Ich freue mich darauf, Sie kennen zu lernen.



Kerstin Horngacher, Dipl.-Psychologin, fundierte Ausbildungen in systemischer Therapie und Beratung, Coaching und Supervision (IFW/ SG). Seit 2002 Energetische Psychotherapie. In Anwendung und Lehre tätig, aus Osnabrück.

Weitere Informationen und Anmeldung

Kerstin Horngacher
Fridtjof-Nansen-Str. 25
49088 Osnabrück

Tel., AB & Fax: 0541/9587657

Email: Kerstin.Horngacher@t-online.de

Betreff (bitte angeben): Mehr-als-Urlaub

www.kerstin-horngacher.de

Zum Ort: www.lentas-online.com

Für günstige Flüge empfiehlt sich eine frühe Anmeldung. Sobald Sie Ihren Flug gebucht haben, organisiere ich Ihnen auf Wunsch gern Unterkunft und Taxitransfer. Bitte erst Ihre Teilnahmebestätigung abwarten.

Vor- und Zuname
Straße
Postleit- Zahl, Ort
Email- Adresse
<input type="checkbox"/> Ich möchte am Gruppenangebot „Mehr als Urlaub“ teilnehmen. Datum: _____ 20____
<input type="checkbox"/> Ich bringe ≥3 weitere Teilnehmer/innen mit.
<input type="checkbox"/> Ich möchte <i>Einzel statt Gruppe</i> buchen.
<input type="checkbox"/> Sonstiges:
Ort, Datum
Unterschrift

Mehr als Urlaub...



**... in Lentas,
an der Südküste Kretas**

