

In Leichtigkeit deinen Weg gehen

Wandern mit max. 8-10 Teilnehmern, zwei Tage Naturerleben am Grünen Band um Bad Neualbenreuth. Es erwarten dich Auszeit, Austausch & Genuss:

- Bewegung, um angestaute Emotionen zu lösen
- Ruhe & Auszeit, um wegweisende Impulse zu bekommen
- Methoden, um mit Stress besser umzugehen
- Kulinarische Abende & inspirativer Austausch

Bring´s in Bewegung

Ich unterstütze Menschen zwischen 30 und 60 Jahren, sich wieder rundum wohlfühlen, damit die Midlife-Krise keine Chance hat. Ich fördere dich auf einer Wanderung um:

- deinen eigenen Rhythmus zu fühlen
- deine Grenzen zu achten und zu setzen
- alte festgefahrene Strukturen loszulassen
- Freiraum für Neues zu schaffen

Buche jetzt deine Wanderung mit mir!

Als Heilpraktiker gebe ich dir viele Impulse rund um Gesundheit und Resilienz. Durch mein landschaftsökologisches Wissen und die langjährigen Tätigkeiten im Naturschutz erfährst du faszinierende ökologische Zusammenhänge. Aufgrund von prägenden Erfahrungen im Leben sowie Einblicken in viele berufliche Bereiche kann ich dich tiefgehend bei deinen Prozessen unterstützen. Mittels Übungen und Gesprächen auf den Wanderungen und durch den Spiegel der Natur stärken wir deine Selbstwahrnehmung und deine Persönlichkeit. Weitere Informationen zu meinen Angeboten, zu den Terminen für die therapeutischen Wanderungen und zu meiner Qualifikation findest du auf meiner Homepage.