

Ein Tag wie früher. Auf Deinem persönlichen Lebensweg.

Eine Reise zu unbeschwerten Stunden deiner Kindheit

17. September 2022

09:00 – 17:00 Uhr

Gemeinsam mit Coach Regina und Outdoor Guide Christine machst Du dich auf den Weg. Du verbringst einen unbeschwerten Tag am Lebensweg, einem Wanderweg durchs Waldviertel, der alle Stationen Deines Lebens durchläuft.

Du wanderst entlang Deiner Kindheit und Jugendzeit, denkst zurück an die vielen unbeschwerten Stunden und Tage. An diesem Tag darfst Du wieder Kind sein – alles ist erlaubt.



Wir marschieren entlang der Ysper zu den drei Teichen des Tales – Erinnerungen werden wach an die unbeschwerten Stunden Deiner Kindheit. Wie hast Du Deine Freizeit mit Deinen Freunden verbracht? Kein Handy, keine Computerspiele, keine Verpflichtungen haben Deine Kreativität gestört.

Wir lassen die Erinnerungen aus der Kindheit aufleben, Du notierst Deine Gedanken und nimmst am Ende des Tages diese Leichtigkeit von damals mit nach Hause. Als Inspiration für Dein HEUTE.

Schließlich kommen wir zum Geierstein, einer uralten Felsformation. Ein magisch mystischer Ort, der einlädt innezuhalten.

Hier kannst Du Kraft und Energie auftanken, Mut und Zuversicht für die Umsetzung neuer Ideen und die Entschlossenheit, ein wenig von der Leichtigkeit von damals in Dein Leben zurückzuholen.



Workshop-Inhalte

- Gemütliche Wanderung zu den drei Teichen entlang des Lebensweges
- Gedankenimpulse durch deine Begleiterinnen
- Zeit für Ruhe, Stille und Rückschau
- Zeit zum Austoben
- Festhalten deiner Gedanken in deinem Gedankenbüchlein
- Austausch mit anderen
- Anregungen für die Umsetzung in deinem heutigen Leben
- Du schreibst einen Brief an dich

So funktioniert's

- Bewegung, um zur Ruhe und in den Flow zu kommen
- Eintauchen in die Natur des südlichen Waldviertels
- Eintauchen in die Zeit unserer Kindheit und Jugend
- Einen unbeschwerten Tag verbringen ohne erreichbar zu sein
- Kreatives Tun – Umsetzung von Ideen, Gedanken, Plänen

Warum "Ein Tag wie früher?"

- Weil uns unser durchgetaktetes Leben keinen Raum für Spiel, Freude und Wildheit lässt
- Weil es Genuss und Bereicherung ist, sich von der Natur verzaubern und inspirieren zu lassen
- Weil es einfach Freude macht, einen Tag lang wieder Kind zu sein
- Weil wir einen Tag lang keine Verpflichtungen haben und nicht erreichbar sind
- Weil wir diese Leichtigkeit wieder erleben wollen
- Weil es möglich ist, Zeit auch ohne Zwänge zu verbringen
- Weil wir genau das wieder lernen wollen

Was brauchen wir für diesen Tag?

- Bequeme Schuhe (Turnschuhe, Trekkingschuhe oder leichte Wanderschuhe)
 - Einen Rucksack mit Getränken und Jause für Mittag
 - Badesachen (wer mag kann einen Sprung ins kühle Nass im Puschacherteich wagen)
 - Regenschutz (wir wandern auch im warmen Juniregen)
 - Die Bereitschaft, das Handy einen Tag lang im Seminarhaus zu lassen
- Wir haben ein Handy für alle Fälle dabei, diese Nummer dürft ihr gerne weitergeben:
Regina: 0664/738 358 57

Von uns bekommt ihr

- Professionelle Begleitung und Impulse
- Dein persönliches Gedankenbüchlein für Notizen unterwegs
- Briefpapier u. Umschlag für deinen persönlichen Brief
- Obst zum Mitnehmen
- Kaffee, Tee, Saft und Kuchen als Abschluss im Seminarhaus

Ort

Seminarhaus am Lebensweg

Schulstraße 12, 3683 Yspertal,
www.seminarhaus-lebensweg.at

Ablauf

ab 08:30	Ankommen im Seminarhaus am Lebensweg
09:00 – 10:00	Kennenlernen und kurze Einführung
10:00 – 15:00	Wir sind unterwegs auf Deinem persönlichen Lebensweg
15:00- 17:00	Zeit für Rückschau bei Kaffee, Tee, Saft und Kuchen Du schreibst einen Brief an dich selbst

Preis / Teilnehmeranzahl

€ 135,- exkl. MwSt. (Kleinunternehmerregelung) / max. 10 Personen

Mittagessen

Bitte Jause und Getränk für unterwegs selbst mitbringen
Obst zum Mitnehmen gibt's im Seminarhaus
Kaffee, Tee, Saft und Kuchen zum Abschluss

Anmeldung und Info

Regina Blümel, MSc
+ 43 664/738 358 57
office@regina-bluemel.at
www.regina-bluemel.at

Anreise zum Seminarhaus

Variante 1

- A1 bis Ybbs/Donau
- Über die Donaubrücke
- In Persenbeug über die B36 nach Yspertal (Richtung Zwettl)
- Durch Altenmarkt durch bis zur Kreuzung nach Ysper (links Feuerwehrhaus)
- Beim Feuerwehrhaus links abbiegen
- Über die Brücke
- Großer Parkplatz unmittelbar nach der Brücke rechts
- 1 Gehminute zum Seminarhaus – siehe Hinweistafel
- Herzlich willkommen!

Variante 2

- A1 bis Melk/Donau
- Über die Donaubrücke
- Emmersdorf – Weitenegg
- In Weitenegg rechts abbiegen ins Weitenttal
- Weiten – Pöggstall – Laimbach – Würnsdorf – Yspertal
- In Yspertal zweite Kreuzung (rechts großes Bauernhaus, gegenüber Feuerwehr)
- Zwischen Bauernhaus und Feuerwehr rechts abbiegen
- Über die Brücke
- Großer Parkplatz unmittelbar nach der Brücke rechts
- 1 Gehminute zum Seminarhaus – siehe Hinweistafel
- Herzlich willkommen!

Das Seminarhaus befindet sich gegenüber der HLUW und der Musikschule.

