



SEMINAR VITA CONTEMPLATIVA

ZEIT UND RAUM um frei zu denken. Zeit um bewusst **GEDANKEN** und **IDEEN** auszutauschen.
Zeit mit **inspirierenden Persönlichkeiten** in der **Natur**, in den **Bergen** und in **Bewegung**.
Eine Veranstaltung die **KEINE ZIELERREICHUNG** von uns fordert

Programmübersicht (Änderungen vorbehalten)

Tag 1: Donnerstag

Anreise bis 16:30 Uhr
17:00 Uhr Themenüberblick und Welcome
18:00 Uhr Frühes Abendessen
19:30 Uhr Nachtwanderung „Sein“

Anschl. offenes Abendprogramm mit Raum und Zeit für inspirierende Gespräche

Tag 2: Freitag

07:00 Uhr Frühsportangebot
08:30 Uhr Frühstück
09:30 Uhr Contemplation Tag 1 (Erkenntnisse)
10:00 Uhr Haltung
Impuls // Diskussion // Inspiration
12:00 Uhr Contemplation in Bewegung
13:00 Uhr Leibliches Wohl
14:30 Uhr Vertrauen
Impuls // Diskussion // Inspiration
16:00 Uhr Natur als Inspiration und Resonanzraum
17:00 Uhr Freizeit/Mediation/Sauna
19:00 Uhr Contemplation Tag 2 (Erkenntnisse)
20:00 Uhr Abendprogramm

Location/Anreise

tbd
Wo es schön ist!

Tag 3: Samstag

07:00 Uhr Frühsportangebot
08:30 Uhr Frühstück
09:30 Uhr Contemplation Tag 3 (Erkenntnisse)
10:00 Uhr Empathie
Impuls // Diskussion // Inspiration
12:30 Uhr Leibliches Wohl und Austausch
14:00 Uhr Sinn
Impuls // Diskussion // Inspiration
15:30 Uhr Zusammenfassung und individuelle schriftliche Contemplatio (versiegelter Umschlag, wird nach einem Jahr postalisch zugestellt)
16:30 Uhr Nachmittagsprogramm zur freien Auswahl oder Rückreise