



IN VIAGGIO VERSO ... TE STESSA per creare la vita che desideri

Un'esperienza indimenticabile, 3 giorni in un'oasi di pace da dedicare a te stessa.

- Hai bisogno di una pausa dedicata unicamente a te stessa dove rilassarti e rigenerarti?
- Cerchi un equilibrio tra te, le tue esigenze, quelle degli altri e il mondo esterno sempre più pressante?
- Sei pronta per la realizzazione di tuoi nuovi obiettivi personali e/o professionali?
- Senti l'esigenza di esplorare più a fondo chi sei e soprattutto dove vuoi arrivare

Cosa puoi fare?

Dire: basta ci sono anch'io, ora tocca a me! Staccati per qualche giorno dal tuo ambiente, dalla routine e dai problemi. Vieni a rilassarti e rigenerarti, immersa nella natura, accompagnata e sostenuta nel tuo percorso di scoperta da un life coach e retreat leader.

Partecipando a questo ritiro potrai:

- *rilassarti e essere pronta a ripartire con nuove energie verso i tuoi obiettivi.*
- *iniziare il tuo percorso verso un nuovo approccio a te stessa e alla tua vita*
- *raggiungere la chiarezza necessaria per portare i cambiamenti che desideri nella tua vita.*
- *imparare come accedere alla tua saggezza interiore ogni volta che vorrai.*



Per 3 giorni vivrai in un cerchio magico, in un gruppo unito dalla stessa ricerca personale. Potrai ristabilire il contatto con la natura. Ti sentirai compresa e supportata e condividerai un'esperienza unica e indimenticabile.

Inizia il tuo percorso verso la felicità! ISCRIVITI !

Cosa faremo

Durante questi tre giorni ti addentrerai in un percorso di scoperte e rivelazioni in cui:

- ✚ Riceverai informazioni e spiegazioni fondamentali e necessarie per comprendere te stessa.
- ✚ Ti immergerai nei boschi con meditazioni e visualizzazioni guidate per riconnettersi alla natura e alla sua energia vitale
- ✚ Supererai i tuoi limiti tramite strumenti e tecniche in attività individuali e di gruppo
- ✚ Farai emergere i tuoi sogni e capirai come realizzarli
- ✚ Imparerai a creare il tuo percorso di crescita e realizzazione personale

Dove e quando

Ci troveremo nella magia delle Dolomiti, tra la pace delle montagne e dei boschi, in un ambiente che favorisce la riflessione e il relax. In una danza tra corpo e spirito potrai trascorrere tre giorni dedicati unicamente a te stessa.

Puoi scegliere tra due appuntamenti:

dal 17 al 20 settembre 2009

in perfetta solitudine, su di un altipiano a 2000 metri immerso in uno scenario incantato tra una corona di vette, presso l'**Hotel Hohegaisl** (3 stelle).



Dal 15 al 18 ottobre 2009

nella confluenza tra la val Pusteria, la Val di Casies e la Val di Braies presso il **Wellness Hotel Alpenhof** (4 stelle).



Investimento per l'intero evento

dal 17 al 20 settembre 2009 (arrivo e partenza nel pomeriggio) presso hotel Hohegaisl (3 stelle)

€ 500 in camera doppia

€ 530 in camera doppia uso singola (sino ad esaurimento)

Tariffa speciale per chi si iscrive entro il 14 luglio 2009: € 450 in camera doppia - € 480 in camera doppia uso singola (sino ad esaurimento)

Termine ultimo per l'iscrizione: 25 luglio '09

Il prezzo comprende: pensione completa per la durata del ritiro, 2 coffe break al giorno, tutte le attività facenti parte del programma del ritiro, sauna e bagno turco con angolo tisane

Non è incluso nel prezzo, tutto quanto sopra non specificato quale, a puro titolo esemplificativo: viaggio sino all'albergo, bevande ai pasti, quanto consumato al bar, trattamenti wellness.

Dal 15 al 18 ottobre 2009 (arrivo e partenza nel pomeriggio) presso wellness hotel Alpenhof (4 stelle)

€ 650 in camera doppia

€ 700 in camera doppia uso singola (sino ad esaurimento)

Tariffa speciale per chi si iscrive entro il 22 luglio 2009: € 570 in camera doppia - € 620 in camera doppia uso singola (sino ad esaurimento)

Termine ultimo per l'iscrizione: 6 agosto 2009

Il prezzo comprende: pensione completa per la durata del ritiro, tutte le attività facenti parte del programma del ritiro, 1 massaggio a scelta tra quelli inclusi nella lista che vi verrà consegnata, 1 lezione yoga oppure insegnamento tecnica di massaggio al piede, 2 coffe break al giorno sauna e bagno turco con angolo tisane

Non è incluso nel prezzo, tutto quanto sopra non specificato quale, a puro titolo esemplificativo: viaggio sino all'albergo, bevande ai pasti, quanto consumato al bar, trattamenti wellness.

NON PUOI MANCARE, ISCRIVITI SUBITO!
Vieni a creare la vita che desideri

Per confermare la tua adesione bastano 200 €!

Responsabile: Laura Salvaneschi Personal Coach and Retreat Leader.

Per ricevere maggiori dettagli invia una mail a: laura@coachingyourgrowth.com – tel 3484111902