

Entdecke deine innere Weisheit

Dein Kompass für ein erfülltes Leben

Retreat

19. - 23. April 2023

Oasis Naturelle, Ardèche, Frankreich



**«Die Quelle des Lebens musst du nicht suchen,
sie ist in dir.»**

Wir leben in einer Zeit mit grossen Veränderungen, einer Flut von Informationen und technologischen Fortschritten. Grosse Herausforderungen verlangen viel Energie und Konzentration den Alltag zu meistern.

Wie können wir unsere inneren Ressourcen aktivieren, um ein selbstbestimmtes und erfülltes Leben zu führen?

Speziell in Einklang mit der Natur und den Pferden entwickelten Übungen geben dir Antworten und zeigen dir den Weg zu deiner inneren Weisheit, so dass du im Inneren stark sein kannst, egal was in der Aussenwelt passiert.

Im ersten Teil vom Retreat entdeckst du deine Ressourcen und wie du sie in deinen Alltag integrieren kannst:

- Wie und wo kann ich meine Atmung bewusst einsetzen?
- Was können mir meine Körpergefühle sagen?
- Wie erkenne ich die Sprache meines Herzens?
- Wie lerne ich meiner Intuition vertrauen?
- Was für Botschaften enthalten meine Emotionen?
- Wie gehe ich mit meiner Energie um?

Im zweiten Teil wirst du mit den Pferden erkennen woraus dein wahres Wesen besteht. Du wirst lernen wie du für deine Bedürfnisse eintreten kannst, um dir selbst treu zu bleiben. Dies sind wertvolle Grundlagen für ein selbstbestimmtes und erfülltes Leben.



Programm

**2 Webinare und 4 Tage Selbstzeit im Oasis Naturelle
Mittwoch 19. April 19.30 - Sonntag 23. April 12.00 Uhr**

- 5.4 Webinar - online: Einführung von 20.00-21.00 Uhr
- 19.4 Willkommens-Abendessen um 19.30 Uhr
- 20.4 Sprache der Atmung, Sprache des Körpers, Sprache der Intuition
- 21.4 Sprache des Herzens, Sprache der Emotionen und Energie
- 22.4 Eigene Bedürfnisse definieren, kommunizieren und schützen,
Authentisches und konditioniertes Selbst
- 23.4 Authentische Gemeinschaften und Abschlussritual bis 12.00 Uhr
- 16.5 Webinar - online: Rückblick von 20.00-21.00 Uhr

Energieaustausch: CHF 1490.— (inkl. Mittagessen, Snacks)

Zwei erfahrene Coaches und Pferdemenschen zusammen mit einer wunderbaren Herde begleiten dich auf dieser nachhaltigen Reise zu dir selbst. Inmitten der wilden Natur der Ardèche und in einem magischen Kastanienwald tasten wir uns näher an unsere innere Weisheit und Intuition heran.

Wir würden uns von ganzem Herzen freuen, dich auf deiner Reise mit unserer Herde zu begleiten.

Marina, Carina, Beat - Magic, Sky, Gaucho, Habibi, Harissa, Sugardaddy, petit Prince



Marina: «Pferde sind weiterhin meine grössten Lehrer im Leben.»

Seit 15 Jahren lebe ich meine Berufung. Als Eponaquest Instruktorin für pferdegestütztes Lernen begleite ich Menschen auf dem Weg zu einem herzbasieren Leben und biete Führungsseminare und Teambildung mit Pferden für Unternehmen an. Berufserfahrung sammelte ich im Prozess- und Qualitätsmanagement, Personalwesen, Export, Auftragsabwicklung und Einkauf.

Ich gebe das weiter, was ich über die Jahre von und mit Pferden gelernt habe, welches mein eigenes Leben transformiert hat. Gleichzeitig begleite ich Pferdehalter die Beziehung zu ihrem Pferd durch eine bessere Kommunikation zu vertiefen .



Carina: «Vertrauen ist die Verbindung - Respekt ist die Sprache.»

Pferde sind meine Passion seit Kindesbeinen. Beruflich sammelte ich meine Erfahrungen in verschiedenen internationalen Positionen in Marketing und Kommunikation. Meine innere Stimme hat mich zurück zu den Pferden geführt. Mit meiner Liebe des Lebens, Beat und der wunderbaren Herde von 7 Pferden leben wir in einer Naturoase -Oasis Naturelle- in der wilden Ardèche in Frankreich.

Verschiedene Aus-und Weiterbildungen und Projekte in der Arbeit mit Pferden, sowie dem Pferdeunterstütztem Lernen und der Therapie sowie das tägliche Leben mit und in der Herde sind für mich meine Schule des Lebens, die ich dank meiner inneren Weisheit leben darf.





Unterkunft

Le Grand Bayle - Guesthouse: Doppelbelegung der 2 Zimmer (Einzelbetten) inkl. Frühstück zum selber machen, gemeinsame Dusche und WC, Salon, Küche, Terrasse, Lounge, Garten, Wald - **CHF 50.— pro Person/Nacht**

Für weitere Übernachtungsmöglichkeiten gibt es B&B's in der Nähe, die in 5-10 Minuten zu Fuss oder mit dem Auto erreichbar sind.

Ort: Oasis Naturelle - Le Grand Bayle, 07410 Saint-Victor, Ardèche, Frankreich
Anreise per Auto: 2.5 Std von Genf, Anreise mit Zug nach Tain L'Hermitage oder Valance TGV möglich, Transport zum Grand Bayle kann organisiert werden.



Anmeldung und weitere Infos

Anmeldung und Information zum Workshop bei Marina -
hello@marinaparris.com, www.marinaparris.com, +41 76 389 06 39

Buchung, Fragen Unterkunft und Transport bei Carina und Beat -
connect@oasis-naturelle.com, www.oasis-naturelle.com, +33 676 777 095

