

Coach & Hike

Du willst...

...entschleunigen und zu dir selbst finden?

...Gelassenheit und Abstand vom Alltag gewinnen?

...deine Situation und persönlichen Ziele reflektieren?

Verbinde Coaching mit Wandern – genieße die Natur und werde achtsam für dich, deine Bedürfnisse und deine Ziele!

Mit einer Gruppe von max. 9 Teilnehmenden werden wir, Michael Riedel (Wanderführer) und Jutta Kreyenberg (Diplom-Psychologin), im wundervollen Chiemgau wandern. Wir werden ca. 4 – 6 Stunden täglich wandern, leichte Touren, im Mittelpunkt stehen Achtsamkeit, Coaching und Selbsterfahrung. Wir geben euch Anleitungen, Reflexionsübungen und stehen für Einzelcoachings zur Verfügung.

Wir werden in Berghütten übernachten und gemeinsam den Reichtum des einfachen Lebens genießen. Schweigend für dich, zu zweit oder in der Gruppe hast du die Gelegenheit, deine Themen und Fragestellungen zu reflektieren und frische Energie zu tanken.

Termine auf Anfrage

Anmeldung unter jutta.kreyenberg@gmail.com, +49 173 268 63 94

Kosten: 1.120 für Führungskräfte/Firmenzahler, 820,- für Selbstzahler, 420,- für Studenten (zzg. MwSt und Hütten, ggf. Bergbahn)