



STILLE RETREAT

7-tägiges Schweigeseminar

Dein Raum für Auszeit, Kräftigung und Zentrierung

Kursbeschreibung

Unser Stille Retreat lädt Dich zu 7 Tagen intensiver Einkehr ein, in denen Du die Kraft der Stille in Verbindung mit elementarer Naturerfahrung und Selbsterforschungsräumen verbinden kannst. Umgeben von der Natur, mit Meditationen, Achtsamkeitspraktiken und Schweigezeiten, findest Du Abstand vom Alltag, tiefe Regeneration und innere Klarheit. Dieses Schweigeretreat kann Dir den Zugang zu Deiner Essenz öffnen und Dich zurück in Deine Mitte bringen.

Ablauf & Zeitraum

Unser Stille Retreat dauert 7 Tage. Die Anreise ist am ersten Tag bis 16:00 Uhr vorgesehen. Du hast ausreichend Zeit, um in Ruhe anzukommen und dich einzurichten. Um 18:00 Uhr treffen wir uns zur gemeinsamen Eröffnung des Retreats. Die Abreise erfolgt in der Regel gegen 10:00 Uhr.

Alle Termine findest du auf unserer Website:

www.wildnisschule-naturgefuehl.de

Kosten

- Gesamtpreis – 748 € (inkl. Verpflegung)
- Angebot (Frühbucherrabatt) – 648 € (siehe Website ob noch möglich)
- Unterstützungspreis – 998 €
- Individuelle Preisoptionen: Gruppenrabatte & Sozialpreise auf Anfrage

Alle Preise zzgl. Unterkunft - Unterkunft unter: www.seminarhaus-alte-schule.de

Teilnehmerbestätigung

Für das Stille-Retreat kann man bei Bedarf eine offizielle *Teilnehmerbestätigung* erhalten.

Wildnisschule Naturgefühl

www.wildnisschule-naturgefuehl.de

info@wildnisschule-naturgefuehl.de

Leitung

Ingmar Gröhn

+49 1590 1382757



STILLE RETREAT

7-tägiges Schweigeseminar

Dein Raum für Auszeit, Kräftigung und Zentrierung

Anmeldung und nähere Informationen: www.wildnisschule-naturgefuehl.de

Standort

Der Kurs findet im *Seminarhaus Alte Schule* statt, in der *Dörpstraat 18, 25852 Büttjebüll* (Schleswig-Holstein, Norddeutschland).

www.seminarhaus-alte-schule.de

Inhalte

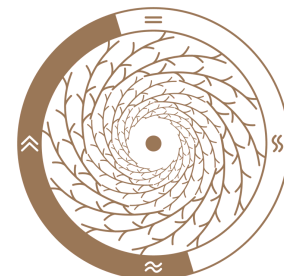
- Schweigezeit – Großteil des Retreats in Stille, Raum für Selbsterforschung & innere Einkehr
- Achtsamkeitsübungen & Meditation
- Geführte Atemreisen – Lösen von Blockaden, Verbindung mit innerer Wahrheit, Reinigung von Körper, Geist & Seele.
- Stille Begegnung – Nähe & Vertrauen ohne Worte, authentische Verbindung jenseits von Rollen & Masken.
- Selbsterforschung & Auszeit – Raum für Selbstreflexion, Entschleunigung & Rückverbindung zum Wesenskern.
- Digital Detox – 7 Tage ohne Handy
- Struktur & sicherer Rahmen – Fester Tagesablauf, liebevolle Leitung
- Integration & Nachklang – Behutsamer Übergang aus der Stille, Austausch, Feiern & Impulse für den Alltag.

Dein Nutzen des Retreats

- Tiefe innere Ruhe und Klarheit gewinnen
- Dich selbst neu spüren und deiner Essenz näherkommen
- Erdung und Kraft durch elementare Naturerfahrungen erleben
- Ins Fühlen kommen – weicher und sinnlicher werden
- Achtsamkeit, Präsenz und Gelassenheit stärken
- Vertrauen in dich selbst und ins Leben vertiefen
- Stille Verbundenheit in Gemeinschaft erleben
- Abstand zum Alltag und neue Ausrichtung finden
- Regeneration & Auszeit für Körper, Geist und Seele

Zielgruppe

- Menschen, die Auszeit, Ruhe und Abstand vom Alltag suchen
- Alle, die tiefer in Achtsamkeit, Meditation und Stille eintauchen möchten
- Menschen, die elementare Naturerfahrung suchen
- Personen, die Räume für Selbsterforschung und Persönlichkeitsentwicklung suchen
- Menschen in Lebens- oder Übergangsphasen, die Klarheit und Orientierung brauchen
- Coaches, Therapeuten oder Pädagog*innen, die Impulse für ihr Wirken mit Menschen suchen
- Menschen, die emotionale Blockaden lösen und innere Balance stärken wollen
- Alle, die "Digital Detox" und bewusste Entschleunigung erleben möchten
- Menschen, die ein kraftvolles "Wir-Gefühl" in Gemeinschaft erfahren möchten



Mehr Details auf der Website

Wichtiger Hinweis!

Dieser Kurs wird von den meisten Bundesländern als Bildungsurlaub anerkannt.

Kursleitung:

Ingmar Gröhn

Wird von seinem Team in der Kursleitung unterstützt.

