

BEWUSSTSEINSTAGE AUF HALLIG OLAND



Auf der Nordsee-Hallig - kraftvoll, transformierend & in der Mitte

Der Bezug zur Natur, die spürbaren Elemente von Wind, Wasser, Erde, Himmel, im direkten Kontakt zu Meer und Sonne. Gemeinsam landen mit den Vogelschwärmen im Frühjahr oder im Herbst. Hier wurde ein Klein-Od erschaffen für bewusste Besinnung; völlig abseits von digitalen Informationsfluten. Vergänglichkeit und Ganzheit können hier nicht zuletzt durch extreme Wetterlagen - wie Sturmfluten und Land-Unter - hautnah erlebbar werden. Hans Richardt, der Sprecher von Hallig Oland, sieht diesen besonderen Ort daher als *therapeutische Landschaft des Wattenmeeres*.

SINN & BEGEISTERUNG

Für die Bewusstseinstage nutzen wir die Kraft dieser Ursprünglichkeit für die direkte Besinnung auf uns selbst und unser Leben.

- 1.) **Meditation.** Wir meditieren 2x täglich -morgens und abends- zusammen in der Gruppe im Sitzen, im Gehen und im Stehen.
- 2.) **Bewusstseins-Workshops.** Wir lernen in Workshops wie Bewusstheit mit entsprechendem Wissen und Mitteln im Leben und in konkreten Lebensfeldern (Spiritualität/Beruf/Partnerschaft/Gesundheit) von uns genutzt werden kann.
- 3.) **Coaching.** Jeder Teilnehmer kann ein konkretes persönliches Thema bewusst und individuell im Coaching klären.

DATEN & ZAHLEN:

Zeit: Donnerstag, 7. - Sonntag, 10. Nov. 2019

Unterbringung: Einzeln in Gästezimmern/Ferienwohnungen der HalligbewohnerInnen

Leitung: Matthias Grot

Gesamt-Kosten: inklusive Seminargebühr, Organisation von Unterkunft, Seminarraum, Hallig-Führung und Lorenfahrten (= Shuttle vom Festland auf die Hallig). Organisation von Vollverpflegung – echte & hochwertige Nahrungsmittel durch www.kraftsuppe-hamburg.de.

840,-€ (Privat-Zahler)

1100,-€ zzgl. MwSt. (Business-Zahler)

ERFOLGE -Teilnehmerstimmen-



Hallig Oland Bewusstseinstage sind seit über fünf Jahren auf der Hallig etabliert. Wir haben die Seminar-Qualität vor Ort und den nachhaltigen Verlauf evaluiert und ausgezeichnete Ergebnisse feststellen können:

"Der Wind blies mir durchs Gehirn, die Tide mahnte an die Rhythmik des Lebens, der Fernblick ließ nWünsche entstehen, die Meditation war für mich (...) eine völlig neue und überwältigende Erfahrung, die die Sessions mit den Coaches umso erfolgreicher machte. Letztendlich macht es die Mischung, aber im Nachhinein kann ich mir den Erfolg dieser Tage für mich einfach nicht in einem der üblichen Seminar-Hotels vorstellen." (Tom O.)

"Für mich war die Entwicklung eines persönlichen Flugplans ein wesentliches Instrument; gedanklich gestützt durch die unverzichtbaren Einzelcoachings. Tägliche Meditationen waren für mich eine gänzlich neue Erfahrung mit nachhaltiger Wirkung - sie sind jetzt fest in meinem Tagesablauf verankert." (Petra M.)

"Impulse, welche im Seminar weitergeholfen haben, waren in erster Linie die Frage nach dem Glück bzw. was Glück für einen selber bedeutet. Ein starker Satz, der sich festgesetzt hat:

DIE FREIHEIT STEHT ÜBER ALLEM."

Stephan F.

"Seit ein paar Wochen habe ich also jeden Morgen es geschafft zu meditieren - zwar nur 13-14 Minuten aber immerhin.

...und ich koche mir auch wieder meinen Morgenbrei und habe es geschafft, jeden Tag seitdem ein wenig Sport zu machen oder spazieren zu gehen.

...und eine Sache hat sich auch geändert: ich nehme mir nicht mehr so viel vor, an einem Tag zu erledigen. Früher hätte es mich sehr gewurmt, eine berufliche Mail nicht sofort zu beantworten. Heute frage ich mich: bringt diese Mail mich selbst weiter oder nicht ...

Vielen Dank, dass es Euch gibt! Und ich kann nur sagen, dass ich erst in Oland gemerkt habe, wie mein Mann durch seinen Job gelitten hat und dadurch habe ich auch Verständnis für ihn gewonnen." (A.M.)

Fragen und Anmeldungen bitte über
info@matthiasgrot.de oder mobil 015787000332

Matthias Grot- Büro ZKC - Saseler Weg 14 - 22359 Hamburg - Tel. 040 23994933
www.matthiasgrot.de/www.hallig-oland-seminare.de/www.exzellenzwerk.de