

ICHzeit



21.-28. JANUAR 2024 IN ANDALUSIEN

Raus aus dem Alltag – Zeit für Dich

Stelle Deinen Alltag zur Seite und erlaube Dir, Dich in den Fokus zu stellen!

Sei neugierig auf Dich und nimm Dir die Freiheit, die Du verdienst. Fasse Vertrauen in Dich und erlebe Deinen persönlichen Rhythmus.

Die wunderbare Casa el Morisco ist der perfekte Ort dafür. Eingebettet in Mango-Oliven-Orangen und Avocadobäumen im friedlichen kleinen Ort Benajárf (Málaga). Fernab des geschäftigen Treibens an der Küste Andalusiens empfängt es dich mit seiner herzlichen Wärme. Hier darfst Du ankommen, Dich wohlfühlen und Deine Resilienz stärken.



Nutze die Chance und entdecke neue Wege für Freude, Spaß und Lebendigkeit in Deinem Leben.

Du wirst sieben Tage lang begleitet, um Impulse für neue Perspektiven zu erhalten und diese in Deiner individuellen Life-Balance zu integrieren.

Was erwartet Dich?

Eine tägliche inspirierende Mischung aus den Elementen der Energie- und Körperarbeit, wie

- systemische Aufstellungen
- Yoga
- Meditationen
- Achtsamkeitsübungen
- Bewegung und Atmung

erwarten Dich.



In **Gruppen-** und in darauf abgestimmten **individuellen** Einheiten bekommst du die Möglichkeit, Dir Deiner Stärken und Deiner Einzigartigkeit bewusster zu werden.

Seminar

21. bis 28. Januar 2024 (An- und Abreise jeweils am Sonntag)

Preis pro Person: 545 EUR | Frühbucherpreis bis 31. Oktober 2023: 495 EUR

Studierende: 495 €

Anerkennung von Bildungsurlaub in Hamburg
und Rheinland Pfalz

Unterbringung

Zweibettzimmer: 650 EUR pro Person/Woche

Einzelzimmer: 755 EUR pro Person/Woche

Preis inkl. Vollverpflegung mit abwechslungsreichem
Gantagesbuffet (vegetarisch/vegan) und Getränken



Infos und Anmeldungen

Ulf Haase: +49 40 18 20 01 56 | info@ulfhaase.de | www.ulfhaase.de

Petra Algier : +49 170 470 62 64 | yoga@bethechange-yoga.com | www.bethechange-yoga.com

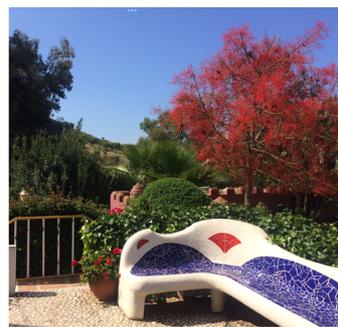
Seminaranlage unter: www.casaelmorisco.com

Nicht im Preis enthalten: An- und Abreise.

Sonntags besteht jeweils ein Gratistransfer zwischen dem Flughafen Málaga und der „Casa el Morisco“.

“Und dann muss man ja auch noch
Zeit haben, einfach da zu sitzen und
vor sich hin zu schauen.“

Astrid Lindgren



Ulf Haase

Heilpraktiker für Psychotherapie
Dipl. Finanzwirt
Traumazentrierter Fachberater
Kommunikationspsychologie



Petra Algier

Yoga Lehrerin
Gesundheitsberaterin
Masseurin
Ernährungsberaterin