



neue pfade

Im Leben gelangen wir oft an einen Wendepunkt, der uns vor große Herausforderungen stellt. Mit **neue.pfade.natur** nimmst Du Dir dafür drei Tage Auszeit – inmitten der herrlichen Bergwelt im Osten Kärntens. **neue.pfade.natur** ist die Zeit für Deinen persönlichen Rückzug, um Dein Leben neu auszurichten.

Auf zu einem neuen Lebenspfad!

neue.pfade.natur ist genau richtig für Dich, wenn Du...



... neue Kraft schöpfen willst

... Ruhe zum Nachdenken finden willst

... neue Perspektiven für Dein Leben gewinnen willst

... die Natur hautnah spüren und erleben willst

Setze einen Neustart mit dem Lebenspfad-Modell:



Mit dem Lebenspfad-Modell planst Du anhand einer realen Wanderroute Deine aktuellen Herausforderungen im Leben (Hindernisse, Ressourcen, Ziele etc.) und reflektierst diese mit Coachingimpulsen während des Wanderns.

Das erwartet Dich bei neue.pfade.natur:



Geführte Reflexionen

Neudefinition der Lebensziele

Kennenlernen von Methoden
für die Bewältigung von
Krisen und Hindernissen

Rückbesinnung und neue
Ausblicke

Leichte Wanderungen in der
Umgebung nach dem
Lebenspfad-Modell

Meditationen in der Natur

Erhöhung der Eigenmotivation

Methoden zum besseren
Umgang mit Stress und
Veränderungen

Begleitung:



Andreas Reisenbauer
Lebens- und Sozialberater
Dipl. Coach
Zert. Wanderführer
Zert. Systemaufsteller

Anmerkung:

neue.pfade.natur ist ein persönlicher Weiterentwicklungsprozess und kein gruppentherapeutisches Setting! Deine Themen musst Du daher NICHT mit anderen Teilnehmern teilen. Jede(r) Teilnehmer(in) erhält einen „Pfade-Planer“ für das Festhalten der Reflexionsschritte und Erkenntnisse. Als persönlicher Begleiter für Deine Fragen steht Dir Andreas Reisenbauer zur Verfügung!

22. bis 24. Juni 2023

Donnerstag:

- Eintreffen beim Sammelpunkt in der Ortschaft Forst bei Wolfsberg.
- Anschließend gemütliche Wanderung zum Lagerplatz
- Aufbau des Lagers
- Ankommen und Einstimmung
- Kennenlernen des Lebenspfad-Modells
- Gemeinsames Essen am Lagerfeuer & Ausklang

Freitag:

- Start in den Morgen und Frühstück
- Lebenspfad-Wanderung
- Rückkehr und Transfer der Erkenntnisse in den Alltag
- Gemeinsames Essen am Lagerfeuer & Ausklang

Samstag:

- Start in den Morgen und Frühstück
- Nachreflexion
- Abbau des Lagers & Rückwanderung zum Sammelpunkt
- Gemeinsamer Abschluss



ORT

Almgelände auf rund 1600 Meter Seehöhe in der Nähe der Ortschaft Forst bei Wolfsberg (Kärnten)



TEILNAHMEBEDINGUNGEN

- Wetterfeste Bekleidung und festes Schuhwerk
- Bei **neue.pfade.natur** stehen nicht die sportliche Leistung oder ein actionreiches Survival-Camp im Vordergrund, sondern die persönliche Fokussierung und Entspannung in freier Natur.
- **neue.pfade.natur** richtet sich an Menschen mit normaler körperlicher und psychischer Konstitution.



GRUPPE

Die Gruppe umfasst zwischen 4 bis 8 Personen



KOSTEN

350 Euro (inkl. 20% MwSt) für die inhaltliche/organisatorische Begleitung sowie die gesamte Verpflegung

WAS BRAUCHE ICH?

- Schlafsack
- Unterlegsmatte
- Zelt (wenn keines vorhanden kostenlose Leihmöglichkeit)
- Wetterfeste Bekleidung und festes Schuhwerk
- Ausreichend warme Bekleidung (Achtung: Die Nächte im Freien sind auch im Sommer in dieser Höhenlage sehr kühl)
- Bei div. Lebensmittel-Unverträglichkeiten entsprechende Nahrungsmittel
- Persönliche Toilettartikel



DAS GIBT ES VOR ORT!



- Ein-Personen-Zelt (falls kein eigenes verfügbar ist)
- Nahrungsmittel für die gesamte Dauer von **neue.pfade.natur**
- Ess- und Trinkgeschirr