



# PB Reisen

***Seminare & Reisen für Ihre Gesundheit, Ihren Erfolg, für mehr Lebensfreude und Leistungsfähigkeit!***

Sie dürfen hochwertigste Seminare in kleinen Gruppen erwarten.

Wir vermitteln Ihnen Gesundheits- und Entspannungstechniken, Mentaltechniken und wie Sie mehr Energie und Erfolg im Leben haben können. Original Shaolin Qi Gong, Bewusstseinsseminare, Ernährungsberatung und vieles mehr.

Um es mit den Worten von Arthur Schopenhauer einmal zuzusagen:

*"Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts"*

Unsere Seminare & Reisen finden in ausgewählten Medical Wellness Hotels statt und bieten Ihnen die ideale Symbiose aus Seminar, Gesundheit und Wohlbefinden. Gezielt im Urlaub und Freizeit mit einer Kombination aus Seminarprogramm, Vorsorge, Fitness und Erholung die Gesundheit festigen. Immer begleitet von ausgewählten Top Beratern.





# **Die Seele geht zu Fuß - Coaching in Be[WEG]ung**

**Besinnung - Bewegung - Begegnung**

**WILLKOMMEN IM BERGHOTEL MAIBRUNN\*\*\*\*\* in  
St.Englmar/Bayerischer Wald**

**vom 25. bis 28. Mai 2012**

Im täglichen Lebens-Hamsterrad ist die Luft draußen? Sie treten auf der Stelle und die Dinge fließen nicht mehr richtig. Vieles wirkt starr und unbeweglich.

Möchten Sie bewusst aussteigen aus dieser hektischen Zeit?

Dann ist es Zeit sich auf den Weg zu begeben, Energie zu tanken und wieder einmal richtig durchzuatmen. Das Leben beginnt wieder zu fließen. Bewegung ist was Ganzheitliches. Das Geheimnis der Bewegung beinhaltet das Geheimnis von Leben, Erfüllung und Lebendigkeit.

Diese Coachingwoche bietet sich für all jene an, die in Be[WEG]ung kommen wollen, geistig wie körperlich. Kraft und Energie tanken wollen oder einen Bilanz-Zwischenstopp einlegen möchten. Oder nutzen Sie die Auszeit bei einer Krise, da diese auch eine große Chance bietet, damit ein meist überfälliger Richtungswechsel endlich stattfinden kann.

Unterstützung auf Ihrem Weg werden Sie durch original Shaolin Qi Gong finden. Weit ab vom Leistungsgedanke, durch einfließen von ganz speziellen Atem- und Bewegungsübungen, kommen Körper, Geist und Seele wieder in Einklang. Ein geschützter Rahmen in dem sich fallen lassen können, um sich selbst zu begegnen.



## **Ziele:**

- Leer zu werden, um an die eigene Fülle zu kommen
- Nach innen bewegen: zu sich und zu andere hin bewegen
- Sein stimmiges Tempo finden - das Wohltuende, das Guttuende, die Freude
- In Stille - die den Blick des Bewegten fürs Wesentliche öffnet
- Tief bewegt zu sein - sich seiner selbst bewusst werden
- Altes loslassen und Neu werden (bzw. annehmen)
- Entspannung - inne halten - Einklang spüren
- In Ihre Mitte kommen und geerdet nachhause fahren

## **Wochenendangebot**

**Inhalte-Tagesangebot: beträgt ca. 4Std.**

**Morgens: gemeinsames aktives Erwachen**

**Vormittag: verschiedene Coachingsequenzen, wird an die Teilnehmerthemen angepasst (ca. 2Std.)**

**Abends: Shaolin Qi Gong & Chan-Meditation**

## **Methode:**

- Gruppendynamik
- Einzel- bzw. Gruppencoaching
- Einzel- & Gruppenarbeit
- Kreative Medien, natürliche Hilfen
- Shaolin Qi Gong & Chan Meditation

## **Ihr Trainer:**

Richard Gappmayer: Selbstständiger Coach, Supervisor, Organisationsberater, Shaolin Qi Gong- & Chan-Meditationstrainer, Mentalcoach, Atemtherapeut.

## **Ihr Seminar- & Wellness-Hotel**

**In einzigartiger Lage - in 850m Höhe - liegt das traditionsreiche Wellness BERGHOTEL MAIBRUNN\*\*\*\*+. Vor den Toren des Nationalparks Bayerischer Wald zwischen Regensburg und Passau erwarten wir Sie mit einem traumhaften Panoramablick und einer reizvoll gelungenen Mischung aus niederbayerischer Tradition und außergewöhnlichem Design.**

*Das erwartet Sie*

**Erholung im BERGHOTEL MAIBRUNN - dafür sorgt die einzigartige, ruhige Lage und das ausgewogene Wellnessangebot. Hier kann man die Seele baumeln lassen oder sich sportlichen Ambitionen widmen - von Golfen über Reiten bis hin zum Tennis, Wandern und Skifahren finden anspruchsvolle Gäste alles, was der Gesundheit und der Fitness dient.**

*Bergkulisse inclusive*

**Das Ambiente unseres Hauses, Ihres Zimmers, die Perfektion des Wellnessbereiches, die Attraktivität der Beautyabteilung - solch eine Mischung aus Luxus und Lebensart fasziniert auch den anspruchvollsten Gast.**

Lassen Sie sich mit Blick auf die Bergkulisse des Bayerischen Waldes, auf Pröller, Hirschenstein und Predigtstuhl, in unserem SPA von ausgewählten und maßgeschneiderten Programmen verwöhnen. Es begrüßen Sie zeitgenössische Gemälde im Foyer. Die Zimmer sind im Landhausstil gestaltet und setzen mit Designerlampen und farbigen Wolldecken trendige Akzente. Sie wählen zwischen Gunther Lambert- und Jagd-Zimmer, zwischen Suite mit Kuschelecke und Himmelbett auf der Galerie. Die Hirsche und das Wild aus der hauseigenen Jagd finden ihre Bestimmung in der Küche des Berghotels. Hier veredelt Peter Winkler, Küchenchef kanadischer Herkunft, ausgewählte Zutaten zu kulinarischen Kreationen.

## Ihre Leistungsinhalte pro Person

- \* 3 Übernachtungen im Doppelzimmer zur Alleinbelegung inklusive vitalem Büffet - Frühstück
- \* 2 - Gang - Mittagmenüs
- \* 4 - Gang - Abendmenüs
- \* 2 Kaffeepausen mit Kaffee und Tee täglich während des Seminars
- \* Kleine Snacks vormittags täglich während des Seminars
- \* Kuchen nachmittags täglich während des Seminars
- \* Obstkorb zur Begrüßung auf dem Zimmer
- \* Tafelwasser
- \* Nutzung der Vital-SPA & Wellness Einrichtungen (Behandlungen etc. kostenpflichtig)
- \* Seminar Die Seele geht zu Fuß - Coaching in Be[WEG]ung mit Richard Gappmayer

## Ihre Investition in die persönliche Entwicklung

€ 785,- pro Person im Einzelzimmer

(Andere Belegungen teilen wir Ihnen auf Anfrage gerne mit)

*Wunschleistungen: Zusätzliche Mahlzeiten & Getränke, alle Ausgaben persönlicher Art.*

*Unser Tipp: Verlängern Sie Ihren Aufenthalt um einige Tage.*

**Mindestteilnehmerzahl 8 Personen**  
**Maximalteilnehmerzahl 12 Personen**



## Ihre persönliche & individuelle Reise-Manufaktur

PB Reisen \* Inhaber Peter Bradtke \* Wöstefeld 8 \* D-49090 Osnabrück

Fon: 0541-40703074 \* Mail: [info@pb-reisen.com](mailto:info@pb-reisen.com) \* Web: [www.pb-reisen.com](http://www.pb-reisen.com)