Achtsamkeit & Mindset Retreats 2025

Dein Begleitung
zu Klarheit,
innerer Stabilität und
neuer Energie

Buche jetzt dein Auszeit-Highlight im 2025

Das Leben fordert dich immer wieder mit neuen Herausforderungen heraus und du erlebst Stress, Erschöpfung oder Stagnation?
Bist du auf der Suche nach Ausgeglichenheit, Fokus und mehr Freude?

Dann bist du hier richtig!

Unsere Retreats bieten dir die Chance, innezuhalten, neue Kraft zu schöpfen und Klarheit zu gewinnen – für dein berufliches und privates Leben. Diese Auszeiten sind weit mehr als entspannte Wochenenden: Sie geben dir die Werkzeuge, um deinen Alltag mit Souveränität und Leichtigkeit zu meistern.

Was dich erwartet

- **Impuls-Sessions**: Interaktive Gruppen-Coachings und persönliche Reflektion mit individuellem Arbeitsbuch.
- **Achtsamkeitsübungen**: Finde durch Meditationen und Atemtechniken zu mehr Ruhe und Präsenz im Alltag.
- **Outdoor-Aktivitäten**: Tank neue Energie in der Natur – geführte Wanderungen und entspannende Erlebnisse erwarten dich.
- **Individuelle Unterstützung**: Persönliche Begleitung auf deinem Weg zu Klarheit und Gelassenheit.

Romaine Zenklusen Coach +4179 725 35 38 www.romaine-zenklusen.com info@romaine-zenklusen.com
Stefanie Meier Life Coach +4179 899 06 63 www.meierstefanie.ch mail@meierstefanie.ch

ab CHF 1'095 im DZ

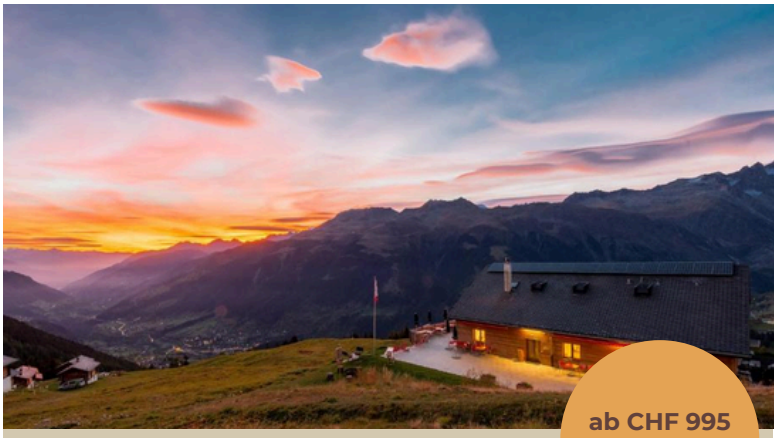
17.-19. Januar 2025 - Monthey (VS)

Klarheit & Ausrichtung – Starte ins neue Jahr mit klarem Fokus. Finde berufliche und persönliche Klarheit und setze kraftvoll neue Ziele.

ab CHF 1'195 im DZ

04.-06. April 2025 - Säntis (AR)

Flow & Energie - Nutze Flow-Zustände um dein Wirken in deinem Alltag & deiner Arbeit entspannt, freudvoll und effektiv zu erleben



ab CHF 995 im DZ

13.-15. Juni 2025 - Chäserstatt (VS)

Stark & Gelassen – Finde in stillen Momenten deine innere Stärke. Erlerne Strategien, um Herausforderungen ruhig und selbstbewusst zu meistern.

ab CHF 995 im DZ

07.-09. November 2025 Reckingen (VS)

Innehalten und Ankommen - Erfahre die Kraft des Rückzuges und erkenne in dieser Stille deine Stärken und neue Chancen.

Warum es sich für dich lohnt, dabei zu sein?

Unsere Retreats bieten dir die Begleitung, die du brauchst, um gestärkt und inspiriert zurückzukehren – mit Klarheit über deine Ziele und neuen Perspektiven für dein berufliches und privates Leben. Komm in den Genuss von wechslungsreichen Programm aus Mind-Impuls-Sessions, Achtsamkeitsübungen, exklusive Outdook-Aktivitäten und lass die Seele im wunderschönen Wellnessbereich baumeln.

Wir stehen für Wachstum, Inspiration, Wertschätzung und Authentizität und freuen uns auf Dich

Melde dich für Fragen I Details oder zu Anmeldung gerne direkt bei uns.

Romaine & Stefanie

Romaine Zenklusen Coach +4179 725 35 38 www.romaine-zenklusen.com info@romaine-zenklusen.com

Stefanie Meier Life Coach +4179 899 06 63 www.meierstefanie.ch mail@meierstefanie.ch