



Herbst – Retreat

«Le Ali del Falco», Cuceglio, Piemont

Körpermeditation innere Kommunikation mit dem Körper

30.9. – 5.10. 2023

Körpermeditation – innere Kommunikation mit dem Körper

Tief im Körperbewusstsein, in jeder Zelle, schlummert die Gabe in Kontakt zu kommen mit sich selbst und der Weisheit des Lebens.

Den Körper wahrnehmen öffnet die Türe zu den inneren Fähigkeiten, aus welchen Veränderungs- und Heilungsprozesse beginnen.

Es lohnt sich also nach Innen zu lauschen, spüren, hören und fühlen!

Je öfter wir uns der Körperwahrnehmung zuwenden, desto mehrwachsen die inneren Fähigkeiten.

Mit dieser achtsamen Körperarbeit entsteht ein Ort der Entspannung, Ruhe und Gelassenheit. Daraus bündeln sich unsere inneren Kräfte, welche neue Möglichkeiten und Perspektiven erschaffen.

Im Herbst-Retreat üben wir uns täglich zweimal in der Körperwahrnehmung und öffnen immer wieder diesen intimen eigenen Raum, in welchem Prozesse in Gang kommen.

Dazwischen gibt es individuellen Freiraum zum sein.

Direkt vor der Haustür können Wanderungen starten ins hügelige Piemont. Und der grosse Garten mit dem schönen Weitblick lädt zum verweilen ein.

Kulinarisch werden wir von Yvonne Amarù (www.zauberchuchi.ch) verwöhnt. Sie bereitet für uns täglich einen reichhaltigen Brunch vor und bekocht uns abends vielfältig biologisch-vegetarisch.

Tagsüber stehen Getränke, Früchte und Snacks bereit.

Le Ali del Falco – Damanhur Gästehaus und Retreat-Center



Das B&B wird von der Lebensgemeinschaft Damanhur betrieben und bietet einen Ort zur inneren Einkehr und Ruhe.

Das Haus ist nach biologisch-ökologischen Richtlinien gebaut und steht in einem grossen, schönen Garten mit Obstbäumen, einem Sitzplatz mit Pergola und einer Feuerstelle. Die erhöhte Lage bietet einen wunderbaren Weitblick Richtung Turin. Das Haus wird rauchfrei geführt.

www.alidelfalco.com

Adresse:

Le Ali del Falco

Via Morozzo 13

10090 Cuceglio, Italien

Tel: 0039 320 763 9244

Besuch von Damanhur

Auf Wunsch kann eine Führung zu den Tempeln der Menschheit und nach Damijl – der Hauptstadt von Damanhur – organisiert werden. Kosten pro Person 77.- Euro.

Die Kosten:

Unterkunft inkl. alle Mahlzeiten und Snacks:

Im EZ € 760.--

Im DZ € 710.--

Kurskosten: Fr. 360.--

Anreise: Samstag, 30. September 2023 ca.17.00h

Rückreise: Donnerstag, 5. Oktober 2023 ca.14.00h

Reise individuell, Zugverbindung via Milano nach Chivasso mit Transport zum Retreatcenter oder Fahrgemeinschaft mit Auto

Leitung:

Karin Bischoff, Körper- und Bewegungstherapeutin

www.bewegung-von-innen.ch

Weitere Infos und Anmeldung:

Karin Bischoff

Tel: 062 298 23 66

oder k.bischoff@bluewin.ch

Die schriftliche Anmeldung bis **23. Juli 2023** ist verbindlich und bewirkt die Zahlungspflicht für die gesamten Kosten.

Bei Verhinderung kann eine Ersatzperson gestellt werden.

Eine Reiseannulations-Versicherung wird empfohlen.