„Männer Auszeit“

4 Tage Meditation & gemeinsames Kochen

von Do, 05.09.2024, ab 17:00 Uhr bis So, 08.09.2024, ca. 14:00 Uhr

Meditation, Ruhe, gute Gespräche und gemeinsames Kochen sind angesagt.

Das reetgedeckte Haus am Rande von Warnkenhagen ist umgeben von Baumen und Feldern. Der kleine Bach plätschert vorbei. Ein idyllischer Ort zum Entspannen und Auftanken. Der Strand und die Ostsee sind nur ca. 200 m entfernt. So kann “Mann” einfach mal allen Stress hinter sich lassen und die Akkus wieder aufladen. Für Väter und Großväter bietet dieses Seminar zudem eine Möglichkeit, gemeinsam mit ihren volljährigen Söhnen oder Enkeln mal Zeit auf ganz andere Art und Weise zu verbringen.

Die Kombination aus MEDITATION und RUHE ist ein ideales Mittel, um den Fokus von außen wieder zu sich selbst zu lenken. Wir werden also gemeinsam unterschiedlichste Meditationsformen ausprobieren und unsere Mahlzeiten als Gruppe zubereiten. Die großzügig bemessene Zeit zur eigenen Verfügung kann für gute Gespräche, Strandspaziergänge an der Steilküste, persönliche Aufzeichnungen und andere Dinge genutzt werden.

Das Seminar ist ausschließlich für Männer ab 18 Jahren gedacht und buchbar im Viererzimmer, in Doppelzimmern oder Einzelzimmern. Da das Angebot auf max. 12 Teilnehmer begrenzt ist, gebt bitte den Zimmerwunsch bei der Bestellung an. Eine verbindliche Bestätigung des Schlafplatzes erfolgt durch Rückantwort seitens INDAO.

Preise: 400,00 € entspricht einem Platz im Vierbettzimmer (max. 4 Betten)
450,00 € entspricht einem Platz im Zweibettzimmer (max. 4 Betten)
500,00 € entspricht einem Platz im Einzelzimmer (max. 4 Betten)

Die Preise beinhalten das Seminar, die Unterkunft und Getränke, wie Wasser, Tee und Kaffee. Auch die Zutaten für die vegetarische Vollpension, die größtenteils aus Bio – Anbau kommt und von uns zusammen gekocht wird, sind im Seminarpreis mit enthalten.

Adresse: De Fischer un sin Fru, Strandweg 8, 23948 Warnkenhagen bei Kalkhorst

Anmeldung: INDAO - institute for inner balance, Ehm - Welk - Str. 22, 18106 Rostock,
Tel.: 0381 - 71 68 11, Mail: info@indao.de, Web: www.indao.de

Teilnahmebedingungen:

Die Anmeldung für das Seminar erfolgt grundsätzlich schriftlich und ist verbindlich.

Sie gilt nach Eingang einer Anzahlung in Höhe von 200,00 € auf das folgende Konto:

INDAO - Henry Forgbert, IBAN: DE21 1305 0000 0201 0392 65, BIC: NOLADE21ROS

Der Restbetrag wird mit der schriftlichen Bestätigung der Anmeldung und des Schlafplatzes fällig und ist bis spätestens zwei Wochen vor Seminarbeginn zu überweisen.

Bei Rücktritt bis vier Wochen vor Beginn des Seminars wird die Anzahlung zurückgezahlt.

Bei Rücktritt bis vierzehn Tage vor Beginn wird die Anzahlung einbehalten.

Danach ist die volle Seminargebühr fällig.

Ich empfehle den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung für den Notfall.

Die Teilnehmer nehmen am Seminar in voller eigener Verantwortung teil.

Haftungsansprüche gegenüber dem Veranstalter sind ausgeschlossen.

Die zur Anmeldung notwendigen Daten werden nur intern verwendet und nicht an Dritte weitergegeben.

Eine Aufnahme in den Newsletter von INDAO erfolgt nur auf ausdrücklichen Wunsch und kann jederzeit widerrufen werden. Dazu genügt eine kurze Mitteilung.

Mit der Anmeldung zum Seminar erklärt Ihr auch gleichzeitig Euer Einverständnis zu den oben genannten Teilnahmebedingungen.

Allgemeine Hinweise:

Bitte bringt, wenn vorhanden, ein Meditationskissen und eine Decke mit.

Auch wetterfeste, warme und bequeme Kleidung für drinnen und draußen wäre super.

Ein Tagebuch oder Schreibheft für persönliche Aufzeichnungen könnt Ihr gerne mitbringen.

Bettwäsche und Handtücher sind vorhanden und müssen nicht extra mitgebracht werden.

Ca. vier Wochen vor Seminarbeginn erhaltet Ihr noch einige praktische Informationen zum Seminar inkl. einer Wegbeschreibung zum Seminarhaus.