

# Wir empfehlen den Abschluss einer Reise Rücktrittsversicherung.

**Der Flug** wird individuell gebucht, Hinflug am 16. Juli 2023, Rückflug am 23. Juli 2023.

Der Transfer vom Flughafen (bei Ankunft bis 17 Uhr) und zurück ist in den Kosten enthalten.

Die Unterbringung erfolgt auf Wunsch im Einzel- oder Doppelzimmer. Das Gelände der Finca umfasst einen großen Gruppenraum, ein Restaurant mit Terrasse mit Meerblick, Pool und Liegebereich und einen großen Olivenhain mit Hängematten. Die geräumigen Zimmer verfügen über eine einfache aber geschmackvolle und durchdachte Gestaltung, ein Bad mit Dusche und Fön, Klimaanlage und Mückengitter und gehen zum Garten heraus. Das Gelände um die Finca ist sehr weitläufig und ruhig gelegen. Mehr Fotos und weitere Infos unter www.fincaelmorisco.com

**Die Verpflegung**: Vollpension mit frischer veganer / vegetarischer Vollwertkost. Es gibt ein reichhaltiges Frühstücks- und Abendbuffet. Mittags steht ein kaltes Salat-Buffet bereit. Getränke, wie Wasser, frisch gepresster Orangensaft, Bier (auch alkoholfreies) und Wein, sind im Preis inbegriffen.

### Kosten für die Teilnehmenden (inkl. 19 % UST)

Unterbringung inkl. Verpflegung/Getränke

im Doppelzimmer: 650,00 Euro im Einzelzimmer: 755,00 Euro Programm: 972,00 Euro

#### **Ute Grieß**

#### Renate Biebrach

Die Unterkunft kann von mitreisenden Partnern optional auch ohne Seminar gebucht werden.

#### **LEITUNG**

Die Leitung dieser Woche liegt in den Händen von



# **Ute Grießl**Lehrcoach und Lehrtrainerin, DVNLP Diplompädagogin

Mastercoach und Lehrtrainerin, DVNLP Mindful Leadership

Verena Hasiewicz

Trainerin

**Weitere Informationen** unter www.nlp-kaiserswerth. de oder unter 0170-79 92 191 (Verena Hasiewicz).

# "Selbstliebe und Selbstmitgefühl" Eine Woche Auszeit in Andalusien



16. - 23. Juli 2023 NLP, Achtsamkeit und Yoga auf der Finca El Morisco in Benajarafe





#### ORT

Etwa 1,5 km vom Meer, an der Costa del Sol, liegt das Seminarhaus Finca el Morisco in einem zum Meer hin offenen Tal, umgeben von einer reizvollen Hügellandschaft und inmitten eines grünen Olivenhaines.



Der lange Sandstrand des kleinen Fischer- und Ferienortes Benajarafe ist in ca. 25 Gehminuten zu erreichen. Es werden auch relgelmäßige Shuttles angeboten. Hier finden sich nette Restaurants und Strandcafes und ein paar Geschäfte. Malaga ist in 30 Minuten gut mit dem Bus zu erreichen. Die Finca wurde 2020 komplett umgebaut und renoviert und verfügt über 20 Doppelzimmer, ein Seminarhaus mit einem ca. 50qm großem Raum und ein eigenes Restaurant, das den ganzen Tag zugänglich ist.

Verschiedene Massagen können optional gebucht werden. Die Finca gehört zur Casa el Moriso, wo Erholungsurlaub mit einem entspannten Yogaprogramm angeboten wird.

#### ZEIT

Sonntag, 16. Juli 2023 bis Sonntag, 23. Juli 2023

## **PROGRAMM**

## "Selbstliebe und Selbstmitgefühl"

Sie sind wichtige Voraussetzungen, um gut für uns zu sorgen und bewusst Grenzen setzen zu können. Ein guter Umgang mit unserer Wut gehört dabei ebenso dazu wie ein liebevoller Umgang mit unseren inneren Antreibern und Kritikern

Dazu nutzen wir Elemente aus dem NLP, der Aufstellungsarbeit und der Achtsamkeit. Morgens gibt es die Möglichkeit, Yoga und angeleitete Mediationen zu praktizieren. Die Abende sind frei und werden gerne für Austausch, geselliges Beisammensein und Tanz genutzt. Optional wird an einem Tag ein gemeinsamer Ausflug angeboten, der aus größerem Angebot ausgewählt werden kann.

Wer mag, kann den Aufenthalt dort um eine Woche zu verlängern. Mehr unter www.casaelmorisco.com



#### ANMELDUNG

Ich melde mich verbindlich zur Andalusien-Woche in vom 16. – 23. Juli 2023 an:

Name, Vorname
Straße, Hausnummer
Postleitzahl, Ort
Telefon
F-Mail-Adresse

#### Datum, Unterschrift

Geburtstag

Ihre Anmeldung erhalten wir gerne spätestens bis zum 16.05.2023 per Mail an hasiewicz@nlp-kaiserswerth. de oder per Post: Ute Griessl Institut, Alte Landstraße 172, 40489 Düsseldorf.

Sie bekommen eine Bestätigung.

Die Plätze werden nach Anmeldungsdatum vergeben.