



VAGUS FLOW® im idyllischen Lassalle Haus

Deine persönliche Auszeit für Atem und Regeneration.

15.–17. März 2024

An diesem harmonischen Ort der Ruhe, des Schweigens, der Geborgenheit und Sicherheit erwarten dich ideale Voraussetzungen, um stressgetriebene Emotionen zu meistern. Entfliehe dem Hamsterrad und erhalte wertvolle Tools für Leichtigkeit und Freude im Business und im Alltag.

Christina Koller wird dich inspirieren – gemeinsam gehen wir mutig neue Wege, um die beste Version deiner Selbst zu entfalten.

Geniesse deine erfrischende Pause – sei herzlich willkommen!

CHRISTINA KOLLER - ENTWICKLERIN VON VAGUS FLOW®



Deine Expertin für Stressbewältigung und Persönlichkeitsentwicklung. Durch den Atem bringe ich Klarheit in die Gedanken, fördere Gesundheit und Wohlbefinden. Meine tiefe Motivation ist es, dich auf dem Pfad zu Leichtigkeit, Stärke und dem Weg zu deinen Träumen zu begleiten. In dieser Reise erkennst du nicht nur deinen Atem, sondern auch die einzigartige Kraft, die in dir schlummert. Gemeinsam finden wir Heilung im Einklang von Körper und Geist.

Deine Reise zu innerer Balance beginnt hier!

FR

15. März 2024

SA

16. März 2024

SO

17. März 2024

PROGRAMM

18:30 Uhr: Nachtessen

19:30 Uhr: Einstimmung

07:15 Uhr Morgenpraxis Atem und Meditation

08:00 Uhr Frühstück

09:15 Uhr Treffpunkt im Kreis, Austausch, Theorie, Praxis

12:00 Uhr Mittagessen

Zeit für Spaziergänge, zum Schreiben und Sein

15:30 Uhr Körper und Atem

18:30 Uhr Nachtessen

19:45 Uhr Atem und Meditation

07:00 Uhr Morgenpraxis Atem und Meditation

07:30 Uhr Frühstück

08:40 Uhr Spaziergang oder Möglichkeit zur Teilnahme Gottesdienst

09:45 Uhr Körper und Atem, Abschluss

12:30 Uhr Mittagessen

13:30 Uhr Abschluss

MITBRINGEN

Persönliches, Bequeme Kleidung, Outdoorbekleidung, Hausschuhe

PREIS

1190.–

LEISTUNGEN

VAGUS FLOW® Kurs

- 2 Übernachtungen im Einzelzimmer mit Dusche / WC inkl. Vollpension bestehend aus Frühstück, 3-Gang-Mittagessen, 3-Gang-Abendessen sowie Kaffee / Tee zu allen Mahlzeiten
- Hahnenwasser im Seminarraum sowie zu allen Pausen und Mahlzeiten
- Meditationsmaterial
- Parkplatzbenutzung
- WLAN-Zugang im Seminarraum

