



KARINJUNGMANN

Die Business-Herzschriftmacherin
Somatische Begleitung für Führung & Organisation

SPÜREN

RETREAT FEMININ

FÜR AUTHENTISCHE, GEERDETE LEADERSHIP AUS DEINER EIGENEN KRAFT

- 1-2 Tage mitten in der Natur und fern vom Alltag,
 - unter Frauen, die dasselbe kennen und dasselbe wollen,
 - Auftanken, individuelle Stärke und authentische Führung.
-

Zielsetzung – Spüren, echt und verbunden.

Du führst, entscheidest, trägst, jeden Tag. Und vielleicht spürst du manchmal die leise Frage, wo in all den Rollen eigentlich du selbst geblieben bist. Genau dafür ist dieses Retreat da: einige Tage nur für dich, in der Natur, unter Frauen, die dasselbe kennen.

Über Körperwahrnehmung, Naturerfahrung und gemeinsame Reflexion entdeckst du deine individuelle Stärke neu. Fern vom Alltag wird spürbar, was dich wirklich trägt, was du willst und was du künftig anders machen möchtest. Aus diesem Selbstvertrauen und dieser Selbstwertschätzung wächst eine Führung, die echt ist: Du führst dich und deine Mitarbeiter:innen aus deiner eigenen Mitte heraus, ohne dich dabei zu verbiegen.

Ein Raum für dich – was dich bewegt: Im geschützten Kreis von Verantwortungsträgerinnen aus unterschiedlichen Berufsfeldern dürfen die Themen an die Oberfläche, die im Alltag unausgesprochen bleiben: Zweifel, Erschöpfung, das Gefühl, ständig beweisen zu müssen. In der Natur, in wertschätzenden Gesprächen und in der Stille entsteht dabei eine Erkenntnis, die vieles verändert: Du bist mit deinen Sorgen und Fragen in bester Gesellschaft.

Zielgruppe – Für wen das Retreat gedacht ist.

Dieses Retreat ist für Verantwortungsträgerinnen aus unterschiedlichen Berufsfeldern.

Es ist für dich, wenn du als Führungskraft oder Unternehmerin

- dir Zeit zum Auftanken nehmen willst, ohne schlechtes Gewissen,
- deine Art zu führen weiterentwickeln möchtest, im Austausch mit Frauen auf Augenhöhe,
- spüren willst, was du wirklich brauchst, statt nur zu funktionieren,
- die Kraft der Natur und der Gemeinschaft als Quelle für deine Leadership nutzen möchtest.



KARINJUNGMANN

Die Business-Herzschríttmacherin
Somatische Begleitung für Führung & Organisation

Ablauf – Rahmen und Ablauf: Dein Retreat auf einen Blick

- **Termin und Ort.** Die Trainings finden immer an einem Ort mitten in der Natur statt.
- **Kleine Gruppe.** Maximal 12 Teilnehmerinnen, damit echte Vertrautheit entstehen kann.
- **Die Tage.** Eine lebendige Mischung aus Impulsen, Körper- und Wahrnehmungsübungen, Zeit in der Natur, Reflexion im Kreis und bewussten Phasen der Stille. Auf Wunsch ergänzt durch cranio-sacrale Einzeleinheiten (mit Aufpreis). Du brauchst keinerlei Vorerfahrung, nur die Bereitschaft, dich auf dich selbst einzulassen.
- **Investition.** Abhängig vom jeweiligen Retreat!

Schreibe mir bei Interesse und erfahre als Erste, wann das nächste Retreat stattfindet!

Ergebnis – Was du mit nach Hause nimmst.

Du kehrst erholt zurück, und mit mehr als Erholung: mit einem klaren Gespür dafür, was du brauchst, um kraftvoll zu führen. Mit konkreten Erkenntnissen, die du in deinen Führungsalltag übersetzt. Mit Übungen, die dich auch zu Hause wieder erden, wenn der Alltag laut wird. Und oft mit Verbindungen zu Frauen, die dich noch lange über das Retreat hinausbegleiten.

Zeitraum: **1-2 Tage** | Gesamtpreis: **Details bei Ausschreibung des Retreats**

Zahlungskonditionen: Die Zahlung erfolgt bei Anmeldung.

Dein erster Schritt verändert dich und deine Welt!

Gönn dir diese Tage.

Dein Unternehmen, dein Team und deine Familie bekommen dafür eine Frau zurück, die aus ihrer vollen Kraft schöpft.