



ACHTSAM DURCH DIE SERENGETI

SLOW DOWN FÜR MEHR ERFOLG

Eine Woche multisensorisches
Erlebnisseminar mit Wandersafari

Wie würde sich Ihr Leben anfühlen,
wenn Sie trotz Druck, Deadlines und
Hektik innerlich gelassen bleiben?
Sie in schwierigen Situationen einen
klaren Kopf bewahren?
Und bei emotionalen Konflikten
entspannt reagieren?

Nicht unvorstellbar. Lernbar!

NACH DER SEMINARWOCHE

- kennen Sie theoretische Grundlagen der Resilienz und Achtsamkeit
- beherrschen Sie Übungen und Methoden aus der Energy Psychology, dem systemischen Coaching sowie der Resilienztherapie und der Achtsamkeitslehre
- können Sie persönlich passende Maßnahmen und Verhaltensstrategien wirksam in Ihren beruflichen und privaten Alltag integrieren
- werden Sie unvergessliche Eindrücke mit nach Hause nehmen



LASSEN SIE FÜR EINE KURZE ZEIT DIE HEKTISCHE WELT HINTER SICH

Reisen Sie mit uns zur Wiege der Menschheit nach Afrika. Spüren Sie die afrikanische Grassteppe unter Ihren Füßen. Lassen Sie die schlichte Weite und Schönheit dieser einzigartigen Natur auf sich wirken und finden Sie Ihre eigene innere Mitte, auf die Sie in Zukunft mit größerer Stabilität bauen können. Für einen Zustand von mehr nachhaltiger Energie, Leistung und Erfolg bei gleichzeitiger innerer Zufrieden- und Gelassenheit.

Neueste Studien aus der Hirnforschung und Neuroplastizität belegen, dass unser Gehirn multisensorisch erlebte Informationen am Besten speichern und verarbeiten kann. Daher verknüpfen wir Ihr Lernerlebnis mit all Ihren Sinnen, die wir auf unterschiedlichste Art und Weise stimulieren. Damit Sie die von Ihnen neu gewonnenen Erfahrungen und Lernergebnisse mühelos in Ihren Alltag überführen können.

Die Kombination aus theoretischen Lerninhalten und Praxisübungen, Naturerlebnissen sowie tiefgreifenden kulturellen Erfahrungen werden diese Seminarreise für Sie zu einem bleibenden Erlebnis machen.

Wandern Sie durch die Serengeti und übernachten Sie unter dem einzigartigen Sternenhimmel Afrikas. Tauchen Sie in das Leben der Massai hautnah ein und begeben Sie sich auf eine einzigartige Entdeckungsreise durch die Flora und Fauna dieses wunderschönen Kontinents.

Lernen Sie aktiv im Hier und Jetzt zu leben und die großen und kleinen Wunder der Natur wahrzunehmen. Die kulturellen Begegnungen werden Sie nachhaltig prägen und Ihr Leben aus einem anderen Blickwinkel betrachten lassen.



1

INKLUSIV-LEISTUNGEN

- Tägliche theoretische und praktische Übungen aus dem Seminarangebot
- Medicine Walk mit den Massai
- Besuch eines traditionellen Dorfes der Massai
- 4-Nächte Walking Safari durch die Serengeti in Begleitung eines professionellen englischsprachigen Guides und bewaffneten Ranger; eine Support Crew sorgt für das leibliche Wohl während der Walking Safari
- Alle Transfers während der geplanten Seminar-Reise sowie Inlandsflug von der Serengeti nach Arusha
- 7 Übernachtungen in Doppelzimmern bzw. Doppelzelten auf Twin-Share Basis in komfortablen und sauberen Lodges bzw. Camps sowie einfachen Walking-Camps (Zelten) in der Serengeti
- Tageszimmer am letzten Tag in Arusha bis zum internationalen Abflug; Verpflegung ist nicht inklusive
- Mahlzeiten: Ihre Seminar-Reise ist mit Vollpension geplant; während der Walking-Safari sind auch lokale alkoholische und nicht-alkoholische Getränke im Reisepreis enthalten
- Eintrittsgebühr für den Serengeti Nationalpark
- FAR Flying Medical Insurance für Rettungsflüge im Notfall
- Versicherungsschein

2

EXKLUSIV-LEISTUNGEN

- Internationaler Flug nach Kilimanjaro/Tansania
- Visumgebühren
- Getränke außerhalb der Walking Safari in der Serengeti; Mahlzeiten und Getränke während des Tagesaufenthaltes
- Alle als optional aufgeführten Unternehmungen und alle nicht angegebenen Unternehmungen
- Persönliche Ausgaben für z.B. Telefongespräche, Wäscheservice, Souvenirs, etc.
- Trinkgelder für Reiseführer und Hotelpersonal.
- Reiserücktrittsversicherung bzw. Auslandsrankenversicherung.
- Anfallende Ausreisegebühren wie z.B. Flughafensteuer



KONDITIONEN

Die Seminar-Reise findet vom 16. Juni bis 23. Juni 2018 statt.

Der Seminarpreis beträgt Euro 4.350,- pro Person.

Die Seminar-Reise findet ab einer Teilnehmerzahl von 4 Personen statt.

Die maximale Teilnehmerzahl beträgt 6 Personen.

Anmeldeschluss ist der 2. April 2018

Bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl von 4 Personen, wird Ihnen bis spätestens 6. April 2018 die Absage der Seminar-Reise erklärt. Wird die Seminar-Reise wegen Nichtreichens der Mindestteilnehmerzahl nicht durchgeführt, erhalten Sie auf den Reisepreis geleistete Zahlungen unverzüglich zurück.

Veranstalter: Wanderlust Africa; Inhaberin: Alexandra Katzer
Verantwortlich für das Seminar: Susanne Schwarz,
Zertifizierter Systemischer Coach
Es gelten die AGB von Wanderlust Africa; Änderungen sind vorbehalten.

Wenn Sie diese Seminar-Reise buchen möchten, schicken Sie uns bitte ein Email. Wir senden Ihnen dann ein Buchungsformular für Ihre schriftliche Bestätigung. Gerne sind wir Ihnen bei der Vermittlung von internationalen Flügen oder bei der Gestaltung eines Anschlussprogramms behilflich.



ÜBER UNS

SUSANNE SCHWARZ

Zertifizierter Systemischer Coach

Als ich 2014 meine Coaching Zertifizierung abschloss, entstand mein Traum mit Menschen in der Natur zu arbeiten. Meine ersten Retreats führte ich in Surf Camps in Portugal durch, um meine Leidenschaft für das Wellenreiten mit meiner Arbeit zu verbinden.

Als systemisch ausgebildete und zertifizierte Life & Business Coach verbinde ich systemisches Coaching mit Elementen aus der traditionellen hawaiianischen Huna-Philosophie, der Meridiantherapie nach Gallo, der Achtsamkeits- und Resilienzlehre sowie meinen Erfahrungen als Personalleiterin.

Zusätzlich arbeite ich als Recruiterin und unterstütze Unternehmen und Gründer in ihrer Wachstumsphase mit meinem Know-How.

Wenn ich nicht in Retreats bin, lebe und arbeite ich in Berlin.

contact@susanneschwarz.berlin
0176-23748992

ALEXANDRA KATZER

Inhaberin Wanderlust Africa

Der Kontinent Afrika ist für mich eine Herzensangelegenheit. Ich fand meine Leidenschaft für Afrika während eines dreimonatigen 'African Dance und Drum Sabbatical' in Westafrika im Jahre 2009. Danach verließ ich meine Karriere im Kommunikationsbereich bei Siemens in Australien und folgte meinem Traum. Ich lebte und arbeitete in Swasiland (südliches Afrika) sowie in Kenia (Ostafrika) und nutze jede Möglichkeit diesen faszinierenden Kontinent zu bereisen, um neue Reiseideen zu entwickeln. Seit 2013 begeistere ich gemeinsam mit meinen Partnern vor Ort meine Gäste für den faszinierenden Kontinent Afrika! Ich freue mich darauf, meine Leidenschaft für Afrika mit Ihnen zu teilen und Sie von Afrikas Schönheit, seinen herzlichen Menschen und der faszinierenden Tierwelt zu verzaubern. Vertrauen Sie meinem fachkundigem Wissen und meinen persönlichen Erfahrungen vor Ort.

alexandra@wanderlustafrica.de
0151-65910969