

# **NATUR – UNSER COACH**

## **Deep Democracy Walk**

### **im Berner Oberland**



**mit Magdalena Schatzmann, Deep Democracy Coach und Musikerin**

An diesen Nachmittagen treffen wir uns zu einem Coaching der speziellen Art.

Wir bearbeiten Themen, welche uns im Alltag begleiten und diesen manchmal auch schwer verdaulich machen, auf einem Spaziergang im Simmental/Diemtigal. Dort treffen wir auf kraftvolle Natur. Antworten auf unsere Fragen «liegen überall in der Luft» und geben uns Hinweise, wenn wir unsere Aufmerksamkeit erweitern. Konkret: Wir lassen alles, was uns anzieht, « mit uns flirtet» zu uns sprechen. Übungen und Schritt für Schritt Anleitungen helfen uns, durch die schiere Unbegrenztheit der Information zu navigieren, um diejenigen zu packen, die uns helfen, unsere selbstgesteckten Grenzen zu erkennen und neue Möglichkeiten zu entdecken. Erweiterte Wahrnehmungs- und Bewusstseinsräume ermöglichen Antworten, welche oft überraschend sind.

Diese Art persönlichen Coachings kannst du überall anwenden. Auf dem Land, in der Stadt, auf dem Berg, am Meer etc. Übungen geben dir eine klare Struktur, welche dir hilft, den Prozess zu entfalten.

## Nächste Daten 2021

10.April      15.Mai      5. Juni

### Details:

Zwischen 11. 00 -12.00    Ankommen, kleiner Imbiss

13.00                      Los geht's

Ca. 16 Uhr                Schlussrunde mit kulinarischer Stärkung

Kosten:                    Einen Nachmittag buchen:    CHF 70.-  
Alle drei Nachmittage buchen: CHF 180.-

(Verpflegung Bio inklusive)

**Wir sind vor allem draussen. Trotzdem ist die Teilnehmer\*innenzahl beschränkt auf höchstens 5. ( Covid)**

**Anmeldung bitte per Mail bis je eine Woche vor dem Walk.**