



# RESET & GROW

FEMALE EMPOWERMENT RETREAT

24. - 26. MÄRZ 2023

Entdecke die *transformierende Kraft* des Frühlings für mehr Selbstbewusstsein, Klarheit, Ausstrahlung & Ruhe



## Wachstum

### Female EMPOWERMENT

Bist Du bereit, die Führung über Dein Leben neu zu übernehmen? Dich zu fokussieren, neu auszurichten und endlich Dein wahres Potenzial zu entfalten - als Frau, Familienmanagerin und Führungskraft? Suchst Du einen Perspektivwechsel, um wieder mit Freude und Leichtigkeit beruflichen und privaten Challenges zu begegnen?

Mit wertvollen holistischen Impulsen aus Yoga, Psychologie, Achtsamkeit und Business Coaching lernst Du in unserem Retreat, in Deine weibliche Kraft zu kommen. In dieser transformierenden Auszeit wirst Du eine individuelle Tool-Box für berufliche und private Fülle an die Hand bekommen. Für mehr Fokus, Orientierung und Selbstfürsorge - und Deinen Aufbruch in ein neues Selbst.

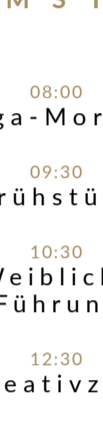


### Ankommen. Spüren. Ausrichten FREUE DICH AUF

- Die Verbindung von Business mit Innenschau und persönlichem Wachstum
- Einen geschützten und vertrauten Kreis von wundervollen Frauen
- Flow-Time für Deine ganz persönliche Entfaltung
- Die Neuentdeckung der weiblichen Führung
- Die Stärkung Deines Selbstbewusstseins
- Die Gabe, endlich selbstbewusst zu verhandeln
- Die Vision Deines Lebensplans zu manifestieren
- Begleitetes Yoga



### EIN KRAFTORT FÜR DEINEN inneren Reset



Hotel Hofgut Hohenkarpfen

## Hohenkarpfen

HOTEL & KULINARIK

#### Natur & Seele.

Auf dem Hofgut Hohenkarpfen bist Du umgeben von einem zauberhaften Ambiente und darfst jedes Moment bewusst erleben. Der **faszinierende Panoramablick** über die Schwäbische Alb und das Donaueingebiet schafft Raum für die Reise zu Deiner inneren Stärke.

In der liebevoll umgebauten Scheune befinden sich die gemütlichen und einladenden Hotelzimmer. Dein persönlicher Wohlfühlort, um Dich an diesem besonderen Wochenende fallen zu lassen und all die positiven Energien aufzunehmen.

#### Gaumen & Genuss.

Im hoteleigenen Restaurant darfst Du Deine Seele baumeln lassen, immer verbunden mit einem atemberaubenden Ausblick auf die unberührte Natur der Bergwelt. Du wirst verwöhnt mit den besten vegetarischen Spezialitäten. Auf Deine Wünsche und Bedürfnisse gehen wir ein, um Deine innere Kraft auch physisch zu stärken.

Hofgut Hohenkarpfen  
Hohenkarpfen 1  
78595 Hausen o.V.



## Zeit. FÜR DICH

FREITAG SAMSTAG SONNTAG

14:00 Ankommen	08:00 Yoga-Morgen	08:00 Yoga-Morgen
14:30 Selbstbewusstsein stärken	09:30 Frühstück	09:30 Frühstück
14:00 Yoga	10:30 Weibliche Führung	10:30 Verhandeln
19:00 Abendessen	12:30 Kreativzeit	12:00 Meditation
	14:30 Snackpause	13:00 Verabschiedung
	15:30 Die Vision deiner Rolle	14:00 Lunch
	17:15 Yoga Nidra	
	19:30 Abendessen	

Da wir intuitiv Arbeiten, ist dies nur ein grober Anhaltspunkt. Um bestmöglich auf Dich und die anderen Teilnehmerinnen eingehen zu können, sind wir stets flexibel in unseren Blöcken, Inhalten und zeitlichen Abfolgen.

Martina Häring

BRINGE DEINEN KÖRPER & GEIST WIEDER IN Einklang



## Yoga & MEDITATION

Ich bin zertifizierte Kundalin Yoga-Lehrerin der Stufe 1 und 2 sowie ausgebildete Hatha-Yoga Lehrerin und Yoga-Therapeutin.

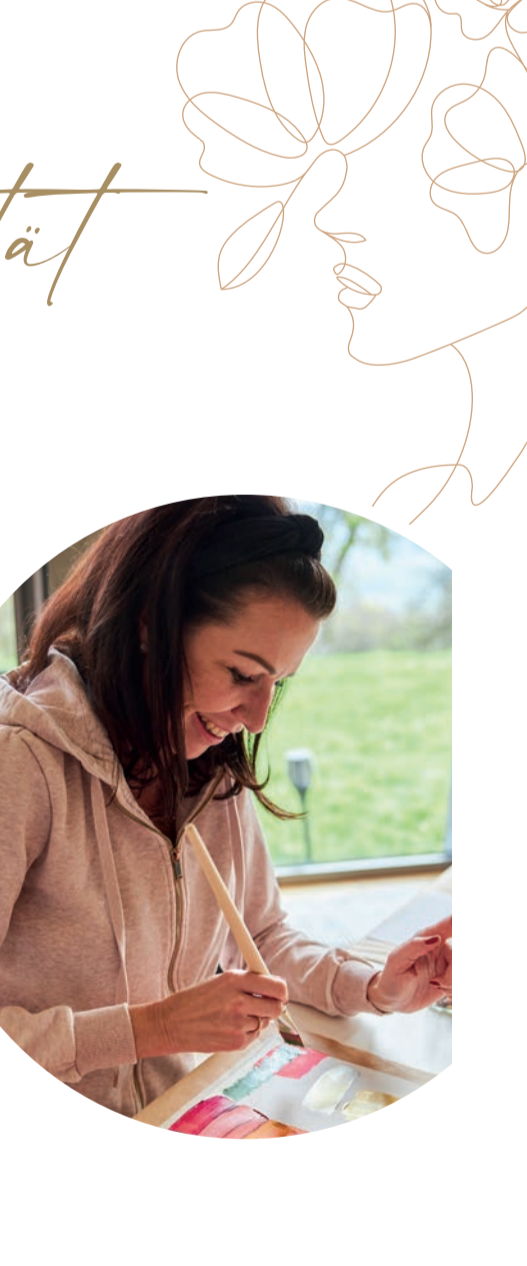
Mit meinen Einheiten und dem Mut geben, selbstbestimmt Dein Leben zu gestalten und schwierigen Situationen gelassener entgegenzutreten. Ich unterstütze Dich, Dein persönliches Empowerment zu stärken.

Du hastest noch keine Berührungspunkte mit Yoga? Kein Problem - bei unseren Sessions benötigst Du keinerlei Vorkenntnisse oder besondere Ausdauer! Lediglich eine Yoga-Matte, Decke und bequeme Kleidung sollten von Dir mitgebracht werden.

Deine Martina



## female COACHING



### LERNE DEINEN Hergensplatz IM BUSINESS EINZUNEHMEN

Yvonne Breinlinger-Scheuring



Als zertifizierte Businesscoachin mit Fokus auf Female Leadership & CEO, möchte ich Dir die Gelegenheit geben herauszufinden, was Du wirklich willst und wie Du dorthin kommst. Du wirst Deine inneren Schätze neu entdecken, Dein Selbstwertgefühl steigern und Deine weibliche Intuition im Arbeitsalltag wieder stärker einsetzen.

Du willst eine Vision von Deinem Leben erschaffen und selbstbestimmt, mutig und mit Leichtigkeit Deinen Weg im Business gehen und endlich die Frau werden, die Du sein willst?

Mutig, selbstbewusst, klar, voller innerer Strahlkraft und Stärke.

Deine Yvonne



### ENTDECKE DICH NEU UND ENTFALTE DEIN Potential

Christl Bacher-Lücke



## NEUE Kreativität

Unser Dasein ist getaktet - To-do-Listen, Deadlines, und das Gefühl, ständig unter Strom zu stehen, begleitet uns. Du funktionierst Deine Kreativität und Spontaneität bleiben dabei aber auf der Strecke.

Ich möchte Dich einladen, wieder mal einzutauchen in die Lust der Gestaltung, in den Flow des Lebens und der Farben. Gemeinsam üben wir den Verzicht, alles unter Kontrolle zu behalten und dabei Deinem eigenen Schaffensprozess zu vertrauen. Abzutauschen in einen wertungsfreien Raum, Deinen Perfektionsanspruch loszulassen. Freude pur.



Du hast noch nie einen Pinsel in der Hand gehabt? Kein Problem - Du benötigst keinerlei Vorerfahrung oder Begabung.

Deine Christl



## Empowerment



## INVEST IN DEIN WACHSTUM

Das Female Empowerment Retreat findet in einem geschützten Raum von max. 12 Frauen statt. Gerne kannst Du auch gemeinsam mit Deiner Mama anreisen, um eine besondere Mutter-/Tochter-Zeit zu erleben.

Du möchtest das Seminar über Dein Business buchen?

Da unser Workshop darauf ausgelegt ist, Dein Empowerment im Business-Alltag zu stärken, kannst du den Retreat-Beitrag steuerlich absetzen und erhältst zusätzlich ein offizielles Zertifikat. Optional kann Dein Arbeitgeber auch direkt die Kosten für Dich übernehmen.

24. - 26. MÄRZ 2023 (Fr. 14 Uhr - So. 14 Uhr)

SEMINARBEITRAG: 790 Euro (inkl. Seminarunterlagen)	UNTERKUNFT: 115,50 Euro (pro Nacht & Person, inkl. Frühstück)	VERPFLEGUNG: 60 Euro (pro Tag, inkl. Tee, Wasser & vegetarischen Spezialitäten)
--	---	---



## Buchung HOW TO

Zum Buchen per Rechnung sende uns bitte Deine privaten oder Business Anmeldeangaben per E-Mail an: kontakt@femmesforward.de

Folgende Informationen solltest Du uns zukommen lassen, damit wir Dir so schnell wie möglich eine verbindliche Bestätigung zusenden können:

- Name & Nachname
- Optional dein Business-Name
- Rechnungsadresse
- Mobil-Nummer

## Du willst mehr?

DEIN PERSÖNLICHES DEEPLIVE

Natürlich hast Du auch die Möglichkeit, Dir Dein ganz individuelles und persönliches 1:1-Coaching mit Yvonne und Christl zu buchen. Oder lieber eine Thai-Yoga-Massage mit Martina?

Gib uns einfach per Mail Bescheid und schon wartet eine exklusive Zeit auf Dich!

## Stimmen VON TEILNEHMERINNEN



„So ein inspirierendes Wochenende - Ich habe so viel Glück & Freude mitgenommen!“  
PETRA S.



„Vollkommen energiegeladene, voller Dankbarkeit, kraftvoll und mit einer inneren Klarheit.“  
SANDRA G.



„Ganz viel neuer & wertvoller Input, mit wundervollen Persönlichkeiten und atemberaubender Aussicht.“  
Jacqueline F.

## FRAGEN? WIR SCHAFFEN KLARHEIT

Du hast Fragen rund um das Retreat-Seminar? Schreibe uns gerne Dein Anliegen per E-Mail an kontakt@femmesforward.de

Wir freuen uns auf Dich!

YVONNE, MARTINA & CHRISTL