

**dr. werner antal**  
*ManagementTraining & -Therapie*  
*Beratung, Coaching, Mediation, Einzel- & Gruppengespräche*



## Spuren & Spüren – mit Schneeschuhen unterwegs

### **Ausgangssituation:**

Die Leistungsgesellschaft fordert uns immer mehr. Es bleibt immer weniger Zeit für das ICH, für das SELBST. Die Konturen des eigenen Lebenswegs verschwimmen immer mehr. Die eigene Gefühlswelt ist irritiert, verunsichert, verkümmert und kann uns kaum mehr Orientierung geben.

### **Zielsetzung:**

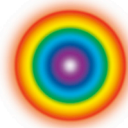
Die eigenen Sinne wieder bewusster wahrnehmen und erleben. Entdecken der Vielfalt und Kraft der eigenen Sinnlichkeit. Klarheit für den eigenen Weg finden. Das Geheimnis des Baumes entdecken.

### **Inhalte und Arbeitsweisen:**

Ausgedehnte Wanderung mit Schneeschuhen in der Winterlandschaft. Einzel- und Gruppenaktivitäten, Reflexion und Austausch.

### **Teilnehmer:**

Menschen, die mit Freude in der Natur ihre Sinne erfahren und einsetzen wollen.



**dr. werner antal**  
*ManagementTraining & -Therapie*  
*Beratung, Coaching, Mediation, Einzel- & Gruppengespräche*

**Kosten:**

€ 1.050,- inklusive Unterkunft (\*\* – \*\*\*), Verpflegung, Seminargebühren und Schneeschuhe (ohne Stöcke)

Teilnehmeranzahl min. 12 – max. 16 Personen

**Dauer:**

4 Tage, Freitag – Montag

**Termin:**

13.1. – 16.1.2012 in den österreichischen Alpen – je nach Schneelage

**Ablauf:**

Vormittags gemeinsam unterwegs in der Natur, nachmittags und abends Einzel- und Gruppenaktivitäten in- und outside

**„DER MENSCH IST GERADE SO GLÜCKLICH, WIE ER ES NACH  
SEINEM EIGENEN ENTSCHLUSS SEIN WILL.“**

*Abraham Lincoln*