



SELFNESS HOTEL
GRINDELWALD

echt. menschlich. inspirierend.



DIE NATUR UND DU

Erlebe die Kraft der Natur und deine eigene Kraft in
der wundervollen Landschaft der Jungfrauregion.

Wann: 24. Juni 2023 | 9.30 bis ca. 15.30 Uhr | CHF 149

Zeit für mich!

eiger-grindelwald.ch



CAMILLA STRAUB

Camilla lebt seit 2021 in Grindelwald und kommt ursprünglich aus Deutschland. Sie ist seit ihrer Kindheit sehr mit der Natur verbunden, genießt und arbeitet mit deren lichtvollen Kräften. Sie ist Diplom-Psychologin (eidgenössisch anerkannt), zertifizierte Coach und Supervisorin sowie Heilpraktikerin für Psychotherapie. Wichtiger als Wissen und Theorie ist ihr das Entdecken und Erleben: sich als Mensch entdecken und erleben und sich in der Natur und mit der Kraft der Natur entdecken und erleben.



Ihr Leitsatz „Leben Heisst Wandel“

DIE NATUR UND DU

Wir wandern beginnend am Hotel Eiger gemütlich in Richtung Hotel Wetterhorn und weiter in der Umgebung des Oberen Gletschers. Du wirst Dich und die Kraft der Natur intensiv erleben durch Übungen, die dich mit dir selbst und deiner Umgebung in Verbindung bringen. Wir werden über den Weg verteilt an 7 Stationen innehalten und mit folgenden Übungen Deine Aufmerksamkeit mit allen Sinnen nach außen und nach innen richten:

„Ohren anknipsen und Eulenblick“

„Sich erden“

„Meditatives Gehen“

„Ins Gleichgewicht kommen“

„Sich mit Leichtigkeit verbinden“

„Sich und sein Leben sortieren mit Hilfe der vier Himmelsrichtungen“

„Dankbarkeitsritual“

Erlebe beruhigende Geräusche, kraftspendende Düfte, erholsame Bewegungen, inspirierende Erkenntnisse und Dankbarkeit!

Workshop am 24. Juni 2023 | 9.30 bis ca. 15.30 Uhr | CHF 149
ca. 12 Uhr Mittagspause mit Lunchpaketen

Anmeldung

bis spätestens eine Woche vorher

Eiger Selfness Hotel

hotel@eiger-grindelwald.ch

Tel: + 41 (0)33 854 31 31

Weitere Informationen findest Du auf der Website:

SCAN ME

