



Inmitten von Grün liegt das Pichlschloss wie eine kleine Oase sonnig am Waldrand. Nur 15 Gehminuten vom Ort Neumarkt entfernt und umgeben von vielen Wander-, Kultur- und Ausflugsmöglichkeiten.

Anreise:

Entfernungen mit dem Auto: Wien: 2,5 Std, Graz 1,5 Std., Salzburg: 2 Std., Klagenfurt 1 Std.,
Bahnhöfen: gratis Abholung von Neumarkt/Stmk.
oder am Anreisetag um 13.12 von Unzmarkt
(Schnellzugstation für Züge aus Wien und Graz)

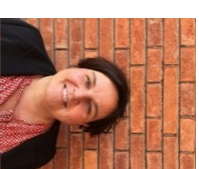
Anmeldung am Veranstaltungsort:

Hotel Landsitz Pichlschloss
Katrin Heindl
A-8820 Neumarkt - Mariahof, Stadlob 125
T: +43 (0) 3584/24 26, Fax: DW -4
E: info@pichlschloss.at
www.pichlschloss.at

DIE HEILSAME WIRKUNG DES WALDES

Psychotherapeutische Selbsterfahrungsgruppe

06. bis 10. Juli 2020



Pichlschloss

Neumarkt - Mariahof, Steiermark

SELBSTERFAHRUNG

ist ein Angebot für Menschen, die nicht im medizinischen Sinne krank sind. Wenn Veränderungen sich ankündigen oder gewünscht werden, in schwierigen Lebensumständen Neuorientierung gefragt ist und Entwicklungs-aufgaben bevorstehen kann eine Selbsterfahrungsgruppe der richtige Ort dafür sein. Eigene (alte) Muster und Verhaltensweisen werden mithilfe psychotherapeutischer Methoden gemeinsam bearbeitet. Dabei werden Potentiale und Ressourcen (wieder) entdeckt.

Der an das Hotel anschließende Wald wird als heilsame und unmittelbare Ressource in dieser Selbsterfahrungswoche aktiv und passiv in die Arbeit einbezogen.

INHALTE:

- Psychotherapeutische Selbsterfahrung
- Achtsamkeitsübungen im Wald und im Garten**
- Einzel- und Gruppenübungen
- Körperwahrnehmungs- und Bewegungsübungen
- Momente der aktiven Stille
- Arbeit mit kreativen Materialien

BITTE MITBRINGEN:

- Bequeme Kleidung, Decke
- Jaxon Kreiden
- Packpapier
- Zeichenblock
- Gute Schuhe
- Regenschutz
- Wenn vorhanden:
 - ein Yoga- oder Meditationskissen

SEMINARLEITUNG:

Mag.^a Astrid Polz-Watzenig
Psychotherapeutin (Integrative Therapie),
Unternehmensberaterin und Theologin
Zertifizierte Naturpark-Auszeit-Begleiterin

Nichts ist so beständig wie der Wandel (Heraklit)

ORT:

Hotel Landsitz Pichlschloss

TERMIN:

06. Juli um 15:00 Uhr bis
10. Juli um ca. 13:00 Uhr

PREIS:

4 Nächte inklusive Halbpension:
Frühstück & Gourmetmenü: € 380,-
plus € 1,50 Tourismusbeitrag/Tag
optiond: Mittagstisch € 14,-/Person

KURSBEITRAG:

€ 590,-*
maximal 10 TeilnehmerInnen

Im **Preis sind Standard-Zimmer** (mit Dusche, WC, Telefon, TV + Bademantel) inkludiert, der Aufschlag für Classic-Zimmer (renovierte Zimmer) beträgt € 10,-/Person/Nacht. Kein Einbettzimmerzuschlag im Standard-Zimmer, das **Classic-Doppelzimmer** für sich alleine: plus € 15,-/Nacht
Frühstück, Mittagstisch und Abendessen: mit Produkten aus der Pichlschloss-Manufaktur und von Biobauern der Region.

Nützen Sie unser **Angebot** an Sauna, Massagen, Shiatsu, Klangschalenmassage, Klangschalenmeditation, Fußreflexzonenmassage und Wellnessbehandlungen! outdoor: Park, Luftkurhalle, Fühlparcours mit Kneippbecken, Waldinseln, viele Wandermöglichkeiten durch den Naturpark

Wir freuen uns auf Sie!

* Fixplatz nach Anmeldung und Anzahlung von 190 Euro Kursbeitrag.
** ein aktiver Impfschutz (FSME) bzw. das Mitführen von ev. benötigten Allergiemitteln wird vorausgesetzt und obliegt der Eigenverantwortung.