



***Farben sammeln
für den Winter***

11. – 18. November 2023

Inspirationswoche am Freibergsee

mit netten Menschen
zusammen sein



ein 100-jähriges Haus
über dem See bewohnen



November-Ruhe in den Oberstdorfer Bergen erleben



Der November hat eine einzigartige Qualität:
Es ist die Zeit des **Rückzugs** und der **Besinnung**.

Die Touristen sind längst abgereist, das Herbstlaub ist müde und die Nebel fordern zur **kontemplativen Einkehr** mit sich selbst auf. Es ist die Zeit der **warmen Kürbissuppen**, der **Leseabende am Kaminfeuer** und der **langen Spaziergänge** auf einem Teppich aus frisch gefallenen Blättern.



Jetzt geht es darum, sich auf den **Winter** – in der **TCM** traditionell die Jahreszeit der **Niere**, der **Bewahrerin des Lebens** – vorzubereiten. Jetzt ist die Zeit **innezuhalten**, das Jahr rückblickend **wertzuschätzen** und zu **entspannen**.

Das Haus am Freibergsee – ganz für uns allein

Ein **zauberhafter Rahmen** auf 1.000 m Meereshöhe mit **herrlichem Blick** über das Oberstdorfer Tal und **unverstellter Aussicht auf den See**.

Weitere Informationen auf unserer Website:
<http://tao-touch.de/inspirationswoche>

**Genussvolle Tage der
Ruhe & Regeneration**



**Qi Gong,
Massagen &
mehr genießen**

Body-Mind-Training & Kulinarisches

Der Tag beginnt mit sanft-intensivem Training

Beweglich & fokussiert,
mit guter Laune & viel Energie

Anschließend ist viel Freiraum für

- Ruhe, Rückzug, Gespräche & eigene Unternehmungen.

und/oder für **genussvolle Anwendungen**

- Entspannende & lösende Massagen wie **Shiatsu, Faszien Massage, Fußreflexzonen-** & etwas ganz Besonderes die **Klangmassage**.
- Ihr könnt aber auch **Infusionen & Akupunktur** dazu buchen für Entlastung, Entgiftung & Stärkung.
- und **klärende & motivierende Coaching-Gespräche** für ein erfüllteres Leben in Anspruch nehmen

Kulinarisches & Kontemplatives

Zusätzlich werden wir **jeden 2. Abend gemeinsam Kochen & zu Abend essen**

Wir probieren neue Gerichte aus: **Vegan & köstlich!**

Bringt auch gerne eure Lieblingsrezepte mit.

Und uns **jeden 2. Abend am Kaminofen zusammenfinden**

Hier lesen wir kontemplative Texte oder meditieren –
was wir auch teilweise mit den Klangschalen begleiten.

Die Ferienwohnungen

- Es stehen im gesamten Gelände 6 geräumige Ferienwohnungen zur Verfügung – zum Teil mit zwei separaten Schlafräumen.
- Die Wohnungen sind sehr **individuell** und **liebevoll eingerichtet**. Die Wohnungen können allein oder zu zweit genutzt werden.

Liebe Menschen mitbringen

- Gerne könnt Ihr PartnerInnen, Mutter, Vater, Oma, Opa und/oder Kinder mitbringen – auch **Hunde** sind erlaubt.
Eure FreundInnen können bei der morgendlichen Körperarbeit (20,00 Euro) mitmachen.



- **Verpflegung**

Da jede Wohnung über eine **eigene Küche** verfügt, verpflegt ihr euch selbst. Im nahegelegenen Oberstdorf kann bequem eingekauft werden. An einigen Abenden essen wir **gemeinsam**.

- **Das Haus**

Das Haus am Freibergsee empfängt uns mit **wohltuender Stille**. Es liegt direkt im **Naturschutzgebiet** und darf nur mit **Sonderfahrerlaubnis** angefahren werden. Die TeilnehmerInnen erhalten diese bei ihrer Ankunft.

Das **liebenswürdige Gastgeber-Ehepaar** freut sich, uns willkommen zu heißen.

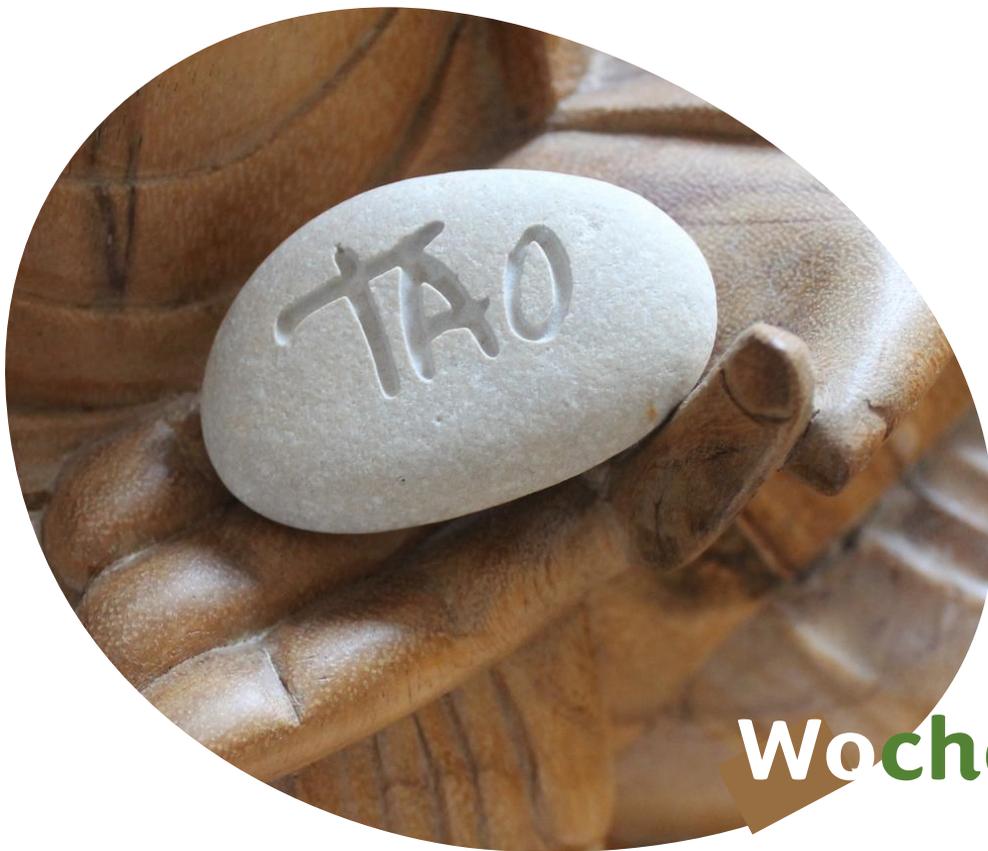
- **Ferienwohnungen**

Die Wohnungen können **allein** oder **zu zweit** oder **dritt** genutzt werden. Sie kosten **€ 80.00 pro Nacht** (Preis für 2 Personen), jede weitere Person: **€ 14.00** Zusätzlich fällt noch eine **Endreinigung** an in Höhe von **€ 75.00 – 80.00** je nach Größe der Wohnung.

- **Body-Mind-Programm *inklusive***
4 gemeinsame Mahlzeiten & Meditationen
€ 180.00

- **Wohltuende Einzelanwendungen**

Sie sind optional: **€ 70.00 / 60 Minuten**



Wochenplan

Sa, 11. Nov. 23

18.00 Uhr

Anreise

Gemeinsames Kochen & Essen

So, 12. Nov.

9.00 Uhr
14.00 – 18.00 Uhr
19.00 Uhr

Body-Mind-Training | 90 Minuten
Individuelle Anwendungen
Lesung & Meditation | 60 Minuten

Mo, 13. Nov.

9.00 Uhr
14.00 – 18.00 Uhr
19.00 Uhr

Body-Mind-Training | 90 Minuten
Individuelle Anwendungen
Genussvolles Kochen & Essen

Di, 14. Nov.

9.00 Uhr
14.00 – 18.00 Uhr
19.00 Uhr

Body-Mind-Training | 90 Minuten
Individuelle Anwendungen
Lesung & Meditation | 60 Minuten

Mi, 15. Nov.

9.00 Uhr
14.00 – 18.00 Uhr
19.00 Uhr

Body-Mind-Training | 90 Minuten
Individuelle Anwendungen
Genussvolles Kochen & Essen

Do, 16. Nov.

9.00 Uhr
14.00 – 18.00 Uhr
19.00 Uhr

Body-Mind-Training | 90 Minuten
Individuelle Anwendungen
Lesung & Meditation | 60 Minuten

Fr, 17. Nov.

9.00 Uhr
14.00 – 18.00 Uhr
19.00 Uhr

Body-Mind-Training | 90 Minuten
Individuelle Anwendungen
Genussvolles Kochen & Essen

Sa, 18. Nov.

bis 10.00 Uhr

Abreise



ANMELDUNG

Inspirationswoche am Freibergsee

11. – 18. November 2023

Ich | Wir melde(n) mich | uns **verbindlich** zur **Teilnahme** an der **Inspirationswoche** an.

Namen | Telefon | E. Mail

- 1) _____
2) _____
3) _____

Ich möchte folgende Wohnung buchen: Info <https://www.freibergseeblick.de>

Ich komme allein und möchte die Wohnung mit einer anderen TeilnehmerIn teilen.

Ich möchte die Wohnung für mich allein.

Die Anmeldebedingungen habe ich gelesen und akzeptiert.

Name: _____

Adresse: _____

Telefon: _____ E.Mail: _____

Datum: _____ Ort: _____

Unterschrift: _____ 

Anmeldebedingungen

Die **Anmeldung ist gültig**, wenn das vollständig ausgefüllte Formular und die Teilnahme-Gebühr von 180,00 Euro bei der TAO Touch Akademie eingegangen sind.

Die Kosten sind auf das Konto bei der SPK Bayreuth **IBAN DE06 7735 0110 0009 0742 20** zu überweisen.

Rücktritt

Bei Rücktritt **bis zum 21. Okt. 2023** werden 20 Euro Bearbeitungsgebühr pro Person fällig. Danach wird der volle Betrag von € 180 in Rechnung gestellt, es sei denn, es kann eine Person von der Warteliste nachrücken.

Die TAO Touch Akademie kann die Reise bis zu 4 Wochen vor Antritt absagen. In diesem Fall werden sämtliche Anzahlungen zurückerstattet.



Veranstalter

TAO Touch Akademie | Wolfram & Ricarda Geizler | Markgrafentallee 44 | 95448 Bayreuth
Telefon: 0170 . 389 12 81 | www.tao-touch.de | info@tao-touch.de

