

## Jahreszeiten Natur - Retreat Herbst



**Sonntag, 20.9.2026 – Donnerstag, 24.9.2026**

**5 Tage im Zillertal auf 1800 m Höhe**

Das Loslassen und die Ernte des goldenen Herbstes ermöglicht dir einen erdenden & stärkenden Perspektivwechsel, inmitten der Natur mit Weitblick. Finde zurück in deine Natur und die Verbindung zu dir selbst.

Deine Natür**ICH**keit erwartet dich.

### Inklusivleistungen

#### **Seminar & Begleitung**

- ∞ Einblick in dein persönliches Human Design (Vertiefung bei Teilnahme am Frühling und/oder Sommer Retreat)
- ∞ Kleine, gruppenangepasste Wanderungen
- ∞ Körperübungen & Meditation
- ∞ Achtsamkeit & Resilienz
- ∞ Sensibilisierung der Sinne
- ∞ Erstellung eines eigenen Journals, LandArt
- ∞ Hörtraining & Vagusnerv Entspannung
- ∞ Mabon – Herbst-Tagundnachtgleiche Zeremonie

#### **Verpflegung & Mobilität**

- ∞ Mittag- oder Abendessen (je nach Tagesablauf)
- ∞ Wasser, Tee, Kaffee, Snacks (auch für den Rucksack)
- ∞ Transport im Berg
- ∞ Abholung & Rückbringung zum Bahnhof Zell am Ziller

#### **Erlebnis & Wirkung**

- ∞ Weitblick, Ausblick & Perspektivwechsel
- ∞ Verbindung zu Natur & Stille

## Zusatzkosten

- ∞ Unterkunft (reservierte Zimmer in 1800 Metern Höhe auf einer Alm, incl. Frühstück mit Bergblick, Kontakt nach Anmeldung, 55,-€ p.P/Nacht **bis 30.6.2026**)
- ∞ Mittag- oder Abendessen
- ∞ Maut der Zillertaler Höhenstraße bei Nutzung des eigenen Fahrzeuges
- ∞ An- & Abreise (evtl. Fahrgemeinschaften möglich)

## Was du mit nach Hause nehmen kannst

- ∞ Ein klareres Gespür für dich selbst
- ∞ Rituale & Techniken, die du in deinen Alltag integrieren kannst
- ∞ Innere Ruhe, die dich auch in herausfordernden Zeiten trägt
- ∞ Eine tiefere Verbindung zu deinem Sein, deinem Körper & deiner Intuition
- ∞ Erinnerungen in deinem Herzen
- ∞ Ein selbstgestaltetes Journal

Maximale Teilnehmerzahl: 5

Kosten: 555,- €

**Anmeldung bis 15.8.2026**

[https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=O9knXP5OykqjQeleyq8\\_VfMqRdEzJkVDtNW9ttt6XxtUMFVDWk1XOFpTOFIWTTVTUjFWT0VJODRONC4u](https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=O9knXP5OykqjQeleyq8_VfMqRdEzJkVDtNW9ttt6XxtUMFVDWk1XOFpTOFIWTTVTUjFWT0VJODRONC4u)

Den Kontakt der Unterkunft und eine empfohlene Packliste erhältst du nach der Anmeldung.

Bei Fragen melde dich gerne:

[info@vickymayer.de](mailto:info@vickymayer.de)

