

RETREAT – Transformiere. Erinnere. Erschaffe.

Samstag | TRANSFORMIERE & ERINNERE

12:00–19:00 Uhr

Ankommen · Loslassen · Öffnen · Erinnern

Zeit	Programmpunkt
12:00– 12:30	Ankommen & Opening Circle – Begrüßung durch Angela & Theresia, gemeinsames Ankommen im Raum, Intention für das Retreat
12:30– 13:00	Meditation & energetische Ausrichtung – Raus aus dem Alltag, hinein in die Wahrnehmung
13:00– 14:00	Die 12 Geisteskräfte & Bewusstseinsarbeit – Welche inneren Kräfte stehen dir zur Verfügung? Welche alten Programme dürfen sich verändern?
14:00– 14:20	Pause
14:20– 15:00	Metamorphose & Loslassen – Arbeit mit Blockaden, alten Mustern und inneren Begrenzungen
15:00– 16:30	✦ CHIRO TRANCE HYPNOSE – Session I – Nonverbale Hypnose, tiefe Trance und Raum für individuelle innere Prozesse
16:30– 17:00	Integration & Pause – Nachspüren, Ruhe, Journaling
17:00– 17:45	Erinnere dich, wer du bist – Bewusstseinsarbeit und Verbindung mit der eigenen Essenz
17:45– 18:30	Meditation & energetische Integration – Das Erlebte im Körper und Bewusstsein verankern
18:30– 19:00	Closing Circle – Reflexion, Austausch und bewusster Abschluss des ersten Tages

Tagesintention:

Ich lasse los, was nicht mehr zu mir gehört. Ich öffne mich für das, was in mir erinnert werden möchte.

Sonntag | RICHTE DICH NEU AUS & ERSCHAFTE

10:00–17:00 Uhr

Aktivieren · Ausrichten · Verkörpern · Erschaffen

Zeit	Programmpunkt
10:00–10:30	Morning Alignment – Meditation, energetisches Ankommen und Verbindung mit der Erfahrung des Vortages
10:30–11:15	Die 12 Geisteskräfte – Vertiefung – Welche Kraft möchtest du jetzt bewusst aktivieren und leben?
11:15–12:00	Deine neue innere Ausrichtung – Vom alten Programm zur bewussten Entscheidung
12:00–13:00	Mittagspause
13:00–13:30	Aktivierung & Vorbereitung – Körper, Geist und Energie auf die zweite Trance-Erfahrung ausrichten
13:30–15:00	✦ CHIRO TRANCE HYPNOSE – Session II – Vertiefung, Neuorientierung und Aktivierung der inneren Ressourcen
15:00–15:30	Pause & Integration – Ruhe, Journaling und Nachspüren
15:30–16:15	Aktiviere deine Schöpferkraft – Was möchtest du von jetzt an bewusst erschaffen? Aus welcher inneren Haltung möchtest du leben?
16:15–16:40	Verkörperung & Abschlussmeditation – Die neue Ausrichtung energetisch verankern
16:40–17:00	✦ Closing Circle – Du bist dein Wunder – Erkenntnisse, persönliche Intention und gemeinsamer Abschluss

Tagesintention:

Ich erinnere mich an meine Kraft. Ich richte mich neu aus. Ich erlaube mir, bewusst zu erschaffen.