

RAHMENDATEN

TERMIN: 05.-07. DEZEMBER 2025

ORT: KLOSTER STEINFELD,
HERMAN-JOSEF-STR. 4, 53925 KALL-STEINFELD

SEMINARPREIS: 285 €
(INKL. MATERIAL)

ÜBERNACHTUNG MIT
FRÜHSTÜCK 95€ PRO
PERSON /NACHT
(EIN ZIMMERKONTINGENT
IST BIS ZUM 8.10.25
VORRESERVERT)

BESONDERES EXTRA AN
DIESEM WOCHENENDE:
BESUCH DES
STIMMUNGSVOLLEN
WEIHNACHTSMARKT IM
KREUZGANG



KONTAKT & ANMELDUNG



Heike Holzsneider
Professional Coach (DBVC)
Zertifizierte Burnout
Präventions-Coach (DBVB)
Artbased Coach (Alanus)

(0172) 7142134

info@holzsneider.coach
www.holzsneider.coach



Iris Müller
Coaching & Training &
Beratung
Personal Coach (xpand)
Artbased Coach (Alanus)

(0177) 3774514

info@coaching-irismueller.de
www.coaching-irismueller.de

KRAFT SCHÖPFEN IM WINTERLICHT

05.-07. DEZEMBER
2025



WOCHE NDSEMINAR IM KLOSTER STEINFELD

WAS SIE ERWARTET

- Kloster-Atmosphäre – Räume voller Ruhe und Inspiration
- Kreative Coaching Impulse – Malen, achtsame Bewegung, Naturerleben für neue Perspektiven
- Achtsamkeit & Meditation – zur Ruhe kommen, innere Balance stärken
- Atemarbeit – Stress abbauen, Energie aufbauen
- Alltagstransfer – praktische Methoden, die bleiben



EIN WOCHENENDE FÜR RESILIENZ, ACHTSAMKEIT UND NEUE ENERGIE

Der Sommer schenkt uns Energie und Leichtigkeit. Doch die dunkleren Monate fordern uns oft heraus – beruflich wie privat.

Unser **Wochenendseminar im historischen Kloster Steinfeld** bietet ihnen einen Raum, um innezuhalten, neue Kraft zu finden und mit gestärkter **Resilienz** in den Winter zu gehen.

Für wen ist das Seminar gedacht?

Für alle, die:
sich nach Balance und innerer Stärke sehnen,
Stress und Erschöpfung vorbeugen möchten,
ihre Resilienz stärken und bewusst für sich sorgen wollen

Ob Sie beruflich stark gefordert sind, viel Verantwortung tragen oder eine erholsame Auszeit vom Alltag suchen – dieses Wochenende **ist ein Geschenk an Sie selbst.**