



RAUS & ECHT

*"Erlebe dich einen Tag und eine Nacht
bewusst als Teil der Natur"*

Samstag auf Sonntag

04.07-05.7.2026

Beginn: 13:00

Ende: 13:00

Ort: Wald am Ausserberg/Hummelhof

Seminarkosten inkl. Verpflegung: 210 Euro

Weitere Info/Anmeldung: 0664/5694948

0650/7790234 oder www.waldlandung.at

In unseren vier Wänden, umgeben von großartiger Infrastruktur, erleben wir Sicherheit und Komfort wie kein anderes Lebewesen. Alle Gefahren wurden minimiert und trotzdem scheint es, als ob die Menschen gestresst und ängstlich sind, wie nie zu vor. Wie kann das sein? Wer genau hinhört, entdeckt, dass im Streben nach Wohlstand und Sicherheit etwas verloren gegangen ist – die bewusste Verbindung zwischen uns und da „draußen“.

Unser Seminar verbringen wir ausschließlich unter freiem Himmel, zwischen Bäumen, auf Wiesen und wer mag, auch unter dem Wasserfall. Wir gehen tief in Verbindung mit der natürlichen Umgebung und lassen uns von ihr inspirieren. Mit Yoga richten wir den Fokus auf unser Inneres und stärken Ruhe und Harmonie. Es entsteht ein Raum zum Ankommen, Durchatmen und vor allem zum Spüren. Bei Nacht tauchen wir dann in eine andere, ganz außergewöhnliche Atmosphäre des Waldes ein. Als Gruppe schlafen wir unter freiem Himmel, getragen von den Gerüchen und Geräuschen der Natur. Bist du bereit, dich wieder zu erinnern?

*Wir freuen uns auf unser
gemeinsames SEIN,
Rainer Sebal & Christina Schmidmayr*