

Warum mit uns?

In dieser spezifischen MÄNNER-Auszeit geht es darum, tiefe innere Prozesse und (automatisierte) Muster zu verstehen und seine eigenen zu erkennen. Wir sind diese Schritte alle selbst gegangen und beschäftigen uns schon viele Jahre damit. Daher hat sich einiges an Erfahrung und Beispielen aufgebaut, was wir sehr gerne einbringen.

Wir erklären es mit vielen (eigenen) Beispielen so, dass es einfach zu verstehen und auch zu „erfühlen“ und „begreifen“ ist. Wir (Flo & Thorsten) waren viele Jahre in der freien Wirtschaft, in unterschiedlichen Unternehmen und (Führungs-) Positionen tätig und verfügen dadurch über sehr viel Praxiserfahrung im Bereich der persönlichen Entwicklung von Mitarbeitern und Teams und kennen daher auch sämtliche Spannungsfelder im beruflichen und privaten Umfeld.

Beginn und Ende	Beginn Sonntag um 18:00 Uhr Ende Freitag ca. 14:30 Uhr
Investition in Dich	700,- Euro
Anmeldung	bis zum 14. August 2025
Interesse?	Schreib uns eine E-Mail oder ruf uns an



Unterkunft und Verpflegung können direkt bei uns gebucht werden.

QR-Code scannen oder unter
bewusst-leben.de



Heil- und Seminarzentrum Chiemgau

Dalsenstr. 7, 83259 Schleching
info@bewusst-leben.de | +49 152 2854 8222
[@bewusst.leben.chiemgau](https://www.bewusst-leben.chiemgau)

MÄNNER-AUSZEIT

ZURÜCK ZU MIR SELBST UND ZUR NATUR



Intensive MÄNNER-Auszeit für Selbstfindung,
Achtsamkeit und Entschleunigung

24. August 2025 - 29. August 2025

Seminarleitung - Florian Huber und Thorsten Mühlbayer

Du funktionierst – Tag für Tag.

Du gibst, Du leistest, Du erfüllst (fremde) Erwartungen.

Doch tief in Dir spürst Du: DA ist MEHR – MEHR von MIR –
MEHR vom LEBEN!

Was wäre, wenn Du einfach mal die STOP-Taste drückst?

Wenn Du loslässt, was Du glaubst, sein zu müssen
Um zu entdecken, wer DU WIRKLICH bist!

Wenn Du Dich selbst neu spürst – ohne Masken.
Ohne Erwartungen, NUR DU!

Hierbei geht es NICHT darum, BESSER zu werden.

Hier geht es DARUM, wieder DU selbst zu SEIN.

Wir schaffen einen Raum für Dich, einen Ort, an dem du
aufatmen kannst. Wo Du nicht mehr leisten musst.
Wo Du Dich einfach nur spüren darfst
in allen Deinen Facetten.

Finde Dich wieder selbst und komm in Deine Wahrheit, deine
Kraft, deine Freiheit.

Es erwartet Dich eine Erfahrung voller Tiefe, Transformation
und männlicher Kraft!

Inhalte

Für den Körper

- Morgengruß, Baden im Bergbach, leichtes Wandern, Scheinkampf, Sauna

Für den Verstand

- Lebendige Theorieeinheiten zu Lebensgesetzen, Selbstverständnis und -verantwortung, Innere Antreiber, Einzelgespräch mit Coaches

Für die Seele

- geführte Gedankenreisen, viel Zeit in der Natur und in der Ruhe

Für alles

- Atemmeditationen, Übernachtung inmitten der Natur unter freiem Sternenhimmel mit tiefgründigen Erlebnissen am Feuer
- Die männliche Kraft spüren, allein und als Gruppe
- Als Gruppe zusammenwachsen und auch Erleben was andere belastet und antreibt

Freue Dich auf fünf intensive Tage unter Männern und die Chance etwas heiler und viel klarer zu werden.

Ziele

Finde durch diese BEWUSSTE Auszeit wieder zu Deinen Wurzeln, spüre Dich und Deine Gefühle. Erlebe was Dir Freude macht und wie Du Dich wieder leicht fühlen kannst. Reflektiere Dich und Deine Situation und gib Deinem Leben wieder mehr Klarheit und Sinn.

Diese Auszeit wird nicht nur ein schönes Erlebnis sein. Es wird etwas in Dir bewegen, Dich verändern. Und Du wirst mit kraftvollen Strategien und Tools nach Hause gehen, die Du sofort in Deinen Alltag integrieren und umsetzen kannst.