

Auszeit für Führungskräfte. Was Sie erwartet. Der Ablauf, mit Vor- und Nachbereitung.

Vor der Anreise

Vorbereitungsgespräch
2 Entlastungstage

Tag 1

Nachmittag: Anreise, Check-in
Abend: Begrüßung, Einführung

Tag 2

Vormittag: Morgengymnastik, Darmreinigung, Ruhephase
Nachmittag: Wanderung, Coaching
Abend: Kaminrunde, Vortrag zum Fasten

Tag 3 bis 6

Vormittag: Morgengymnastik, Wanderung, Coaching
Nachmittag: Ruhephase, Coaching
Abend: Ruhephase, Kaminrunde, Vorträge, Abendveranstaltungen

Tag 7

Vormittag: Fastenbrechen, Check-out, Abreise

Nach der Abreise

3 Aufbau tage
2 Nachbereitungsgespräche (nach einer Woche/drei Monaten)