



Insight Journey - die persönliche Reise zu deiner Mitte.

„Die längste Reise ist die Reise nach Innen.
Und genau da treffen wir auf
Zufriedenheit und Bestimmung.“

Irgendwann sind wir an dem Punkt, an welchem uns die Dinge im Aussen nicht mehr zufrieden stellen, unsere Gedanken uns nicht mehr loslassen oder wir ständig Stress verspüren. Was dann?

Dann kann es ein guter Moment sein, die Reise nach Innen anzutreten. Doch wie geht das?

Insight ist die «etwas andere Journey» - vielleicht die unkonventionelle. Hier geht es nicht um Ihre Geschichten oder Probleme, sondern darum, wo und wie Sie die Kraft finden, Distanz zu gewinnen und die Dinge anders zu betrachten. Es geht darum, um Raum für sich selbst zu schaffen, damit sich Klarheit, Erfolg und Zufriedenheit zeigen können.

Wir schauen, welches Potential da ist, was sie bereits leben oder was gelebt werden möchte. Wir werden unweigerlich der Sinnfrage begegnen und schauen, was für Sie sinnvoll und Ziel führend ist.

Ihre Insight Journey ist so individuell. Normalerweise dauert diese Reise ca. 8 Monate. Davor ist nicht gleich wie danach. Wir können Ihnen versichern, dass sich Ihre Lebensfreude, Ihre Energie und Ihr Fokus ändern werden. Vorausgesetzt natürlich: Sie lassen sich auf sich selbst ein. So ganz nach dem Motto:

**Wir können Sie auf Ihrem Weg begleiten.
Doch gehen müssen Sie ihn selbst.**

**Gelöst!
Einfach wirkungsstark.**
Wir fokussieren auf kleine Schritte
und Wirkung.

Natur-Tage

2 x 2 Tage persönlicher Austausch –
mehrheitlich in der Natur

Achtsamkeits-Impulse

Viele Impulse, um den Weg zur Mitte im
Alltag zu gestalten und zu praktizieren

Persönliches Reisejournal

Definieren & Festhalten von persönlichen
Handlungen & Reflexion

1:1 Online-Sessions mit ihrem persönlichen Coach

Alle 2 Wochen Austausch, neue Ansätze,
Perspektivenwechsel
Dauer ca. 1 ½ h

