



rAusZeit

Sehnt Du Dich nach mehr Klarheit, mehr Sinn und mehr Verbindung mit Dir selbst? Erhoffst Du Dir eine Veränderung oder Neuausrichtung für Deinen Lebensweg? Möchtest Du herausfinden, was Du wirklich willst? Suchst Du für Dich eine rAusZeit: naturnah und einfach, fern der eingefahrenen Routinen Deines Alltags?

Die rAusZeit schenkt Dir einen besonderen Freiraum. Du wirst Menschen begegnen, die ähnliche Fragen bewegen. Wir begleiten Dich, die Antworten in Dir selbst und in der Natur zu finden.

Fünf Tage draußen, in einem geschützten Rahmen, im Kreis mit anderen Menschen, umgeben von Wald, versammelt am Feuer. Hier kannst Du loslassen, was Dich behindert, und annehmen, was Dich stärkt. Der Kern dieser Zeit ist ein 24 Stunden Solo allein in der Natur: Allein mit Dir, dem Wald, dem Himmel und Deiner inneren Stimme. Darauf bereiten wir Dich vor und begleiten Dich durch diese rAusZeit-Tage.

Was erwartet Dich?



- ein tiefer und offener Austausch im Kreis
 - Zeit für Stille und Naturverbindung
 - kraftvolle Impulse für Reflexion und Selbstveränderung
- Raum für Dich und das, was in Dir wachsen will
- 24 Stunden in der Natur, ohne Ablenkung und einer Nacht unterm Sternenhimmel
- einfaches Leben, reduziert auf ein Schutzdach, einfaches Essen, viel draußen sein

Du brauchst keine Vorerfahrung, nur den Mut, ohne Ablenkung mit Dir selbst zu sein. Wenn Dich diese Einladung anspricht, melde Dich gern an oder gib dieses Angebot weiter an Menschen, denen eine rAuszeit vielleicht guttun würde. Diese Tage sind ein Geschenk an Dich selbst, an das Leben und an alles, was noch kommen mag.

Zeit: 29.04-03.05.2026
Ort: Körnermühle, im Tal der Weißeritz (Ammelsdorf 59, 01744 Dippoldiswalde)
Gruppe: mindestens 7 maximal 12 Teilnehmer*innen
Leitung: Katrin Bressel und Manfred Richter (Visionssucheleiter)
Kosten: ca. 150 Euro für Platz und Verpflegung
240 bis 350 Euro für die Seminarleitung (je nach Selbsteinschätzung)
Kontakt: **Katrin Bressel:** 0163 370 4390 www.sinn-kreise.de
Manfred Richter: 0162 451 8383 www.conatur.org

Wir freuen uns auf Deine Anmeldung!

Du bist willkommen, genauso wie du bist!