

# “Xin Dao” Retreat-Zentrum



Wir sind Janet und Bernhard und wir heißen dich herzlich in unserem Retreat Zentrum willkommen. Wir hatten einen lang gehegten Traum, einen Platz zu kreieren, in dem Menschen ihre Energie wiederherstellen können; einen Ort, wo du, was auch immer dich erschöpft hat, verarbeiten kannst. – sei dies die Arbeit, Beziehungen, oder alte Trauma, die noch nicht völlig aufgelöst wurden worden sind. – Hier in unserem stillen Retreat Zentrum findest du die Möglichkeit für Ruhe, Regeneration, über dein Leben zu reflektieren und in Kontakt zu kommen mit dem, was du in deinem Leben gerne entstehen lassen möchtest.



Unsere 24/7 Gesellschaft fordert von uns weiterzumachen, was auch immer die Kosten sind und gibt uns wenig Zeit, um innezuhalten und zu spüren, wie es wirklich um uns steht. Dies kann zu einer Erschöpfung unserer Energien führen. Wenn du dich also von einem Burnout erholst, unter Stress leidest, oder «einfach» eine Veränderung in deinem Leben möchtest, unser Zentrum lädt dich ein, abzuschalten und wegzukommen von Zeit und Raum, wie wir dies normalerweise erfahren.

Unser Zentrum erlaubt dir, das Alte loszulassen und Platz zu schaffen für Neues, indem wir dir das folgende anbieten:

**Raum:** Ein individuelles Retreat, ohne mit anderen interagieren oder sich an andere anpassen zu müssen.

**Unterstützung:** Ein flexibles und persönliches Programm, welches wir an deine eigenen Bedürfnisse anpassen. Bei solch einem individuellen Retreat, kann es sein, dass Probleme an die Oberfläche kommen. Wir sind alle beide qualifizierte Fachleute und können dir die benötigte Unterstützung anbieten.

**Gelassenheit:** All dies wird durch eine erstaunliche Lage im Südwesten Frankreichs unterstützt, wo du in die Stille, die wunderschöne Landschaft, den erstaunlichen Nachthimmel mit Millionen von Sternen und natürlich unsere gemütliche Unterkunft eintauchen kannst.

## Über uns:

**Janet** hat langjährige Erfahrung mit Coaching und Bodywork. Sie begann als Physiotherapeutin in 1983, ist seit 2014 eine Cranio-sacral Therapeutin und seit 32 Jahren Therapeutin für Chinesische Medizin. Falls emotionale Probleme an die Oberfläche kommen, kann sie dich behandeln und beraten. Auch wenn keine Probleme auftauchen, kannst du bei ihr eine Behandlung deiner Wahl erhalten, um deinen inneren Kern neu auszurichten und dadurch dein Leben freier erfahren zu können.

**Bernhard** arbeitet seit 35 Jahren als Taiji und Qigong Lehrer und ist seit 29 Jahren Therapeut für Chinesische Medizin. Er beginnt am Morgen mit Taiji und/oder Qigong und du bist herzlich eingeladen, dabei mitzumachen und jeden Tag eine Privatlektion zu erhalten.



## Wo du verbleibst:

Unser Zentrum hat eine separate Wohnung (gîte) mit direktem Zugang zum Garten und Obstgarten. Das Grundstück ist von Wiesen für unsere drei Pferde umgeben und es gibt schöne Wanderpfade auf dem Land und in der Nachbarschaft. Die Wohnung hat zwei Schlafzimmer mit je zwei Einzelbetten, was auch die Möglichkeit bietet, mit einem Freund oder Partner zu kommen.



Falls du etwas "unternehmungslustiger" bist, hast du die Möglichkeit in unserer luxuriösen Yurte zu übernachten - einem gemütlichen und gut ausgerüstetem Mongolenzelt mit WC und Dusche in einer Distanz von 10 Metern.

Du hast die Möglichkeit, während des ganzen Jahres den Whirlpool und vom späten Frühjahr bis zum frühen Herbst das geheizte Schwimmbad zu benutzen.

## Preis:

Beginnend bei € 935,- Pro Person

## Was ist inbegriffen:

- 6 Nächte, Bettwäsche und Handtücher werden zur Verfügung gestellt
- 2 Behandlungen durch Janet
- 5 x Taiji/Qigong am Morgen
- Zugang zum Whirlpool und Schwimmbad
- Täglich Zeit für Reflexion mit Janet oder Bernhard falls notwendig
- Endreinigung inbegriffen

Das Essen ist nicht inbegriffen. Du hast jedoch die Möglichkeit selber zu kochen und falls du das Retreat nicht verlassen möchtest, können wir für dich den Einkauf in unserem biologischen Lieblingsladen tätigen.

Falls du nicht selber kochen möchtest, können wir gegen einen Aufpreis Catering von einem nahen Restaurant organisieren.

### **Ort:**

Unser Retreat Zentrum liegt ausserhalb des Dorfes Saramon (2 km), an einer kleinen Strasse mit wenig Verkehr. Es ist wunderschön gelegen in der Hügellandschaft des Departement Gers und hat eine wunderbare Aussicht auf die Pyrenäen (falls sie sich zeigen). Die Hügel sind übersät mit Sonnenblumenfeldern, Weizenfeldern und Wiesen und es gibt zahlreiche Seen und Flüsse in der Nähe.

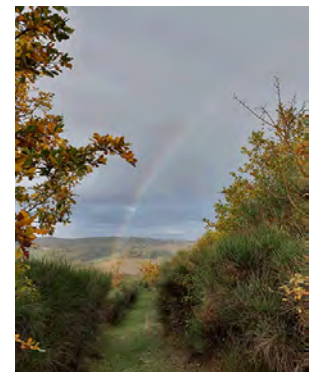


### **Wie kommt man hin:**

Von Toulouse aus kannst du entweder ein Auto mieten, um in 50 Minuten zu unserem Ort zu fahren, oder den Zug bis Gimont nehmen, wo wir dich abholen können.

### **Stornierungsbedingungen:**

- Eine Reservierung erfordert ein Depot von 14% des gesamten Preises
- Das Depot kann nicht zurückgefordert werden, wenn die Reservierung storniert wird
- Der Rest des Preises muss 8 Tage vor der Ankunft überwiesen werden



Bitte lass uns wissen wie du diese Woche gerne gestalten möchtest und ob du spezielle Wünsche hast.

Für alle Fragen sowie Verfügbarkeit/Buchungen kontaktiere uns bitte direkt:

Tel. Bernhard: 0033 6 70 98 77

Tel. Janet: 0033 7 87 21 76 66 / 0031 6 280 282 20

Oder per email: [xindaoretreat@icloud.com](mailto:xindaoretreat@icloud.com)

Wir sprechen Englisch, Niederländisch, Deutsch und Französisch

Wir freuen uns sehr darauf, dich bald bei uns willkommen zu heissen und dir ein unvergessliches Retreat zu bieten!

Janet & Bernhard