



# Sommer-Retreat in Umbrien

22. – 29. September 2019

*Im Austausch mit der Natur  
Sich in Verbundenheit erleben*



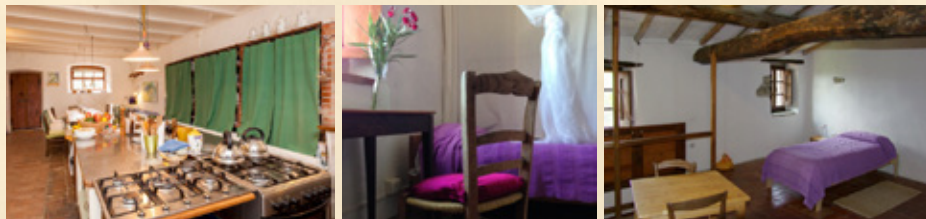
**Eine Woche in Italien** – mit Tanzen, Singen, Ritualen und Naturgenuss, gepaart mit italienischem Flair auf einem Bauernhof inmitten der schönen Landschaft Umbriens.

In dieser Woche lernst du, dich kreativ mit den Energien von Mutter Natur zu verbinden, dich zu nähren und zu erden. Erlebe dich in deiner Freude. Erfahre dich in deiner Bewegung, deinem Ausdruck und im Tanz.

Wir begrüßen den Morgen gemeinsam mit Körperübungen, tauchen ein in die hawaiianische Kultur und üben uns in den Bewegungen des hawaiianischen Tanzes, Hula. Das gut ausgestattete Atelier / Werkstatt des Hauses steht uns während unseres Aufenthaltes zur Verfügung. Dort werden wir ein persönliches Kraftobjekt herstellen. Es wird genügend Zeit sein, für kleinere Ausflüge, Badeaufenthalte am See und Entspannung. Mit einem, dich feiernden Abschlussritual beenden wir die gemeinsame Woche.

Die Leitung des Retreats hat Annette Dobert, Körpertherapeutin und in Hawai'i ausgebildete Kumu Hula. Sie gibt seit Jahren, neben der Hula-, auch Lomi Lomi-Ausbildungen. Regelmäßig bietet sie Retreats in Europa an. Mit ihrer Lebensfreude und inspirierenden Art begeistert sie die Teilnehmer.

Das Seminarhaus Casa Simoncelli, ein alter Bauernhof, umgeben von Olivenhainen, liegt nahe des Trasimenischen Sees in der italienischen Provinz Umbrien und bietet das ideale Ambiente für einen erholsamen Aufenthalt.



**Kosten inkl. Unterkunft und Vollverpflegung:**

*Doppelzimmer:* 990 € pro Person,  
bei Anmeldung bis 1.4.2019 890 € pro Person

*Einzelzimmer:* 1060 € pro Person  
bei Anmeldung bis 1.4.2019 960 € pro Person

*Eigene Anreise. ([www.casa-simoncelli.de](http://www.casa-simoncelli.de))*

**Verpflegung:**

Feine regionale, italienische Küche auf Wunsch auch vegetarisch  
Frühstück, Mittagsimbiss, warmes Abendessen

**Beginn:**

Sonntag 22. September, um 19.00 Uhr mit dem Abendessen

**Ende:**

Sonntag 29. September, nach dem Frühstück, Abreise gegen 10.00 Uhr

Mindest-Teilnehmerzahl 10, maximal 15 TeilnehmerInnen

Nähere Informationen nach Anmeldung.

Anmeldung per Email, Anmeldeschluss 1. Juni 2019 bei  
Annette Dobert, Mönchskopfstraße 13, 76332 Bad Herrenalb  
[annette.dobert@erdensinne.de](mailto:annette.dobert@erdensinne.de) // [www.erdensinne.de](http://www.erdensinne.de)