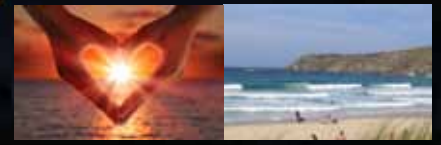


Tiefer lieben

Urlaubsseminar in der West-Bretagne

Leitung: Christof Langholf

19.-26.8.2020 in Clédén Cap Sizun, Frankreich



Urlaub, Transformationsretreat, Feier des Lebens

Das diesjährige release-Sommerretreat ist eine Einladung, **tiefer in das Mysterium der Liebe einzutauchen**. Je mehr wir im Kontakt mit unserer Liebe sind und sie fließen lassen können, desto desto lebendiger und glücklicher fühlen wir uns in aller Regel auch.

Die Art, wie wir Liebe (er-)leben, ist für die meisten von uns durch nährenden ebenso wie durch schmerzhaften Erfahrungen in den Beziehungen zu Mutter, Vater, PartnerInnen oder anderen wichtigen Menschen geprägt worden. Häufig ist unser Herz dabei an manchen Stellen eng geworden ist oder es hat sich „verschlossen“ und verspannt. Releasing (die Loslass-Methode) und Atemarbeit bieten dir in dieser Woche die Möglichkeit, diese Auswirkungen von unangenehmen und schmerzhaften Erfahrungen der Vergangenheit loszulassen und **den Raum für Liebe in dir zu erweitern**. Darüber hinaus werden wir uns mit Hilfe von Meditationen, spirituellem Singen, Selbsterforschungsübungen mit jenem tieferen Raum in uns verbinden, in dem Liebe mehr als nur ein Gefühl oder eine Emotion ist. Dort, in der Tiefe des eigenen Herzens, können wir Liebe als essenziellen Teil und Ausdruck unseres innersten strahlenden Seins erfahren. Je mehr wir an diesem tieferen Ort in uns zuhause sind, desto leichter kann Liebe auf natürliche Weise auch in alle Bereiche unseres Lebens fließen.

In den seminarfreien Zeiten (meistens der Nachmittag) laden **Strände, Sauna, wunderschöne Küstenpfade, bretonisch-keltische Feste und Köstlichkeiten, Kirchen und Städtchen** zum Verweilen ein. Das Seminar ist für **Einzelpersonen** ebenso wie für **Paare** geeignet.

Ein außergewöhnlicher Seminarort

Den äußeren Rahmen für diese Woche bietet das naturgeschützte Cap Sizun. Dieser westlichste Teil der Bretagne und Frankreichs wartet mit einer beeindruckend schönen Atlantikküste auf. Majestätische Steilküsten, die wilde Kraft des Atlantiks, liebliche Vegetation und einladende Sandstrände wechseln einander ab. Bereits die Druiden aus dem keltischen Kulturkreis schätzten und nutzten das Cap Sizun als außergewöhnlich Kraft gebenden und für spirituelle Einkehr besonders geeigneten Ort. So fanden dort jährlich bedeutsame Versammlungen und Rituale statt. In der ungezähmten Schönheit der Natur, der Ruhe auf dem Cap Sizun und dem aufbauenden und belebenden Meeresklima kannst du in idealer Weise zu dir finden und „deine eigenen Batterien aufladen“.

Christof Langholf

Jhg. 1963, ist Diplom-Psychologe und arbeitet als Therapeut, Coach, Releasing-Ausbilder und Mentor für spirituell bewusste Lebensgestaltung. *Meine Seminararbeit hat viele Facetten und nimmt ganz unterschiedliche Ausdrucksformen an. Bei all den verschiedenen Facetten meiner Arbeit geht es letztendlich immer darum, Menschen in ihre innere Freiheit und Kraft und in die Liebe zu sich selbst und anderen zu führen. Zu sehen, wie TeilnehmerInnen innerlich heilen, sich in ihre Natürlichkeit entspannen und ihre lebendige Authentizität entfalten, wie sie in tiefe Verbindung mit ihrem Lebenssinn und dem „Großen Ganzen“ kommen, das erlebe ich als Berufung, Geschenk und innere Verpflichtung zugleich. Das Cap Sizun ist für mich ein Ort, an dem ich mich in ganz besonderer Weise zu Hause fühle. Einfach SEIN, auf-tanken in der Energie dieses außergewöhnlichen Ortes, berührt sein von der Unberührt-heit, Stille und zugleich kraftvollen Lebendigkeit der Natur - all das ist immer wieder neu wie ein natürliches Teilhaben an einem wunderbaren Fest des Lebens. Bereits das Hiersein genügt, und alles andere geschieht dann wie „von SELBST“.*



Stimmen von TeilnehmerInnen früherer Sommerwochen

Die Woche war einfach großartig! Ich nehme viel Kraft, Erholung und gute Gedanken/Gefühle mit in den Alltag.
-- Gudrun

Mich erwartete dort ein wunderbarer kraftvoller Ort. Das Haus, der Platz, das Cap - der Ozean - das Aufeinandertreffen der 4 Elemente, der Gegenwart und Mythologie - es ist unbeschreiblich. Unterstützt von dieser kraftvollen Energie, der Vertrautheit ... die große Kraft der Transformation zu nutzen und eine Etappe auf meiner persönlichen Lebensspirale weiter gegangen zu sein - am Cap Sizun war es leicht! --Gabriele

Meine erste Bretagne-Seminarreise war der Wendepunkt meines Lebens. An diesem Ort mit seinem unberechenbaren Klima und dem wilden Atlantikflair wurde mir das Vertrauen in mich selbst, in meinen Körper, in das Leben, in die Menschen und in die Liebe zurückgegeben. Durch meine inzwischen drei Urlaubsseminare in der Bretagne hat sich mein Leben zu einem unendlich faszinierenden Tanz aus Freude, Liebe, Tiefe, Lebendigkeit, Leichtigkeit und Freundschaft entwickelt. -- Barbara

Das Seminar war unvergleichlich und unvergesslich! Jeder gefahrene Kilometer hat sich gelohnt. Danke! -- Christina

Organisatorisches

- Zeiten:** Anreise **Mittwoch**, 19.8.2020 ab 17.00 Uhr; gemeinsames Abendessen 19.30 Uhr.
Seminarende **Dienstag** 25.08.2020 am späten Abend; Abreise **Mittwoch**, 26.08.2020 bis 11 Uhr.
- Kosten:** **495 €** bei verbindlicher Buchung bis 1.04.2020, **530 €** bei verbindlicher Buchung bis 1.06.2020;
Buchung nach 1.6.2020: **550 €**
- Unterkunft:** Es stehen Doppel- und Vierbettzimmer zur Verfügung, die in begrenzter Zahl auch einzeln belegt werden können.
Preise pro Person & Tag:
Doppelzimmer: 35 €, Vierbettzimmer/Belegung zu zweit: 30 €; Belegung zu dritt oder viert: 25 €
Doppelzimmer/Einzelbelegung nur nach Kapazität, Anmeldungen weiterer Teilnehmer bis zur Vollbelegung haben Vorrang vor reserviertem Einzelzimmer-Anspruch: 50 €
- Verpflegung:** Halbpension 195 €. Für individuellen Bedarf steht eine Teeküche mit Kühlschrank, Herd usw. zur Verfügung.
- Ort:** Visionswerkstatt Cap Sizun, Rue de Langroas 15, F 29770 Cléden-Cap Sizun, www.geliebtes-cap-sizun.eu
Vor Ort in Frankreich ist kein Büro, daher bitte alle Fragen/Anliegen zum Seminarhaus an irelease® | Christof Langholf oder an die Betreiber Markus & Angela Langholf.
Die Visionswerkstatt ist ein privat betriebenes Seminarhaus mit sehr einfachem Standard (kein Hotelstandard). Sie bietet viel Raum und eine besondere Atmosphäre und Energie, die zu kreativer Entfaltung und Selbstbesinnung ebenso einlädt wie zu Gemeinschaftserleben und dem Feiern des Lebens. Viele Gäste verlieben sich in diesen Platz und kommen gerne immer wieder hierher. Kleinere Dienste der Teilnehmer wie zum Beispiel Hilfe beim Auf- & Abtragen des Essens während des Seminars sind erbeten.
- Zimmerreservierung:** Markus & Angela Langholf, Tel. 02644/ 807 39 05, E-Mail: malangholf@t-online.de
Bitte beachten: Auch wenn Namensgleichheit und Verwandtschaft besteht - die Visionswerkstatt von Markus und Angela Langholf und die irelease-Akademie & Praxis von Christof Langholf sind voneinander unabhängige Betriebe.
- Weitere Infos:** Auf Anfrage helfen wir - soweit möglich - bei der Vermittlung von Fahrgemeinschaften. Bei frühzeitiger Buchung gibt es oft auch sehr günstige Angebote für Fernbus, Mitfahrgelegenheiten und Sparpreisen der Bahn. Hinweise hierfür schicken wir mit der Anmeldebestätigung zu.
- Anmeldung:** irelease® Akademie & Praxis für integrale Entwicklung, Christof Langholf, Brabeckstr. 35, 31137 Hildesheim
Tel. 05121/ 9222 -613, Fax -615, Email: mail@irelease.de, www.irelease.de (dann auf „Kontakt“ und „Anmeldung“)
Mit der Anmeldung wird eine Überweisung i.H. von 200 € fällig.
Bankverbindung: Christof Langholf, Sparkasse Hildesheim, IBAN: DE46 2595 0130 0006 0062 97,
Die restliche Seminargebühr bitte zwei Wochen vor Seminarbeginn überweisen. Den Betrag für Verpflegung bitte in bar mitbringen und keinesfalls überweisen, da er separat abgerechnet wird.
Rücktrittsbedingungen: Bei Rücktritt bis 15.07.2020 werden 50 € Stornogebühr fällig. Bei späteren Absagen sind 50% der Seminargebühr zu zahlen. Bei Absagen nach dem 12.08.2020 sowie bei Nicht-Erscheinen ist die volle Seminargebühr zu zahlen, es sei denn, es wird ein Ersatzteilnehmer gestellt. Die Zahlungspflicht gilt auch für den Fall, dass die rechtzeitige Überweisung der Anzahlung in Höhe von 200 € versäumt wurde. Auch bei Krankheit und in Fällen höherer Gewalt tragen die Teilnehmer das Risiko selbst. Im Zweifelsfall empfehlen wir den Abschluss einer Rücktrittsversicherung.

