



Tauche ein in die herrliche Natur des „Blauen Landes“ und entdecke Deine authentische Ausstrahlung neu. Dieses Seminar ist anders: Wir werden viel an draußen sein und die Impulse der Natur erlebbar machen.

Die Natur wird unser Lehrmeister sein, während Du spielerisch und leicht lernst:

- ✦ Deine Präsenz zu stärken
- ✦ Selbstbewusstsein zu entwickeln
- ✦ Deinen Körper, Deine Stimme und Deine Haltung bewusst einzusetzen

Alles, was Du brauchst, steckt bereits in Dir – Dein Potential wartet darauf, sich zu entfalten. Es braucht nur den Mut, den ersten Schritt zu machen. Lass Dich von der Natur inspirieren, neue Wege zu gehen und Deine innere Stärke zu spüren.

#### **Inhalte** (Auswahl):

- Persönliche Stärken erkennen und nutzen
- Präsenz, Selbstbewusstsein und Raumwirkung entwickeln
- Deine Haltung und Körpersprache bewusst wahrnehmen
- Klarer und kraftvoller auftreten

#### **Erlebe die Natur als Übungsraum für Deine Persönlichkeit.**

Bist Du bereit für ein kleines Abenteuer? 🍀

**Termin:** 14.-16.08.2026 (Anreise Freitag 15:00)

**Seminargebühr:** 349€ (Frühbucher 319€ bis 15.03.2026)

**zzgl. ÜN & Verpflegung:** 277€/Person im EZ/WC für die Seminarzeit, Hotel Alpenblick, 82441 Ohlstadt

Wir freuen uns auf Euch!

#### **Carola**

Schauspielerin, Coach für Potentialentfaltung,  
Theaterpädagogin, Kursleiterin für Waldbaden

#### **Bea**

Sportwissenschaftlerin, Naturcoach  
Mitentwicklerin Natur Resilienz®