



MINDBODYCIRCLE®

Entspannungsauszeit und Impulsretreat

vom 29.09. bis 04.10.2024 in der Sonne im Süden Spaniens

Du möchtest dir selbst etwas Gutes tun, dir Zeit für dich nehmen, und dir selbst wieder näherkommen? Du willst mehr über dich, deine Persönlichkeit, deine Potentiale und Ressourcen lernen? Doch im Alltag fehlt dir die Zeit dazu?

Während es in Deutschland abkühlt und herbstlich wird, laden wir dich in einen 2. Sommer ein! Komm mit uns, und genieße sechs entspannende, inspirations- und erkenntnisreiche, genussvolle Urlaubstage mit zwei erfahrenen und herzoffenen Trainerinnen, an einem bezaubernden, liebevoll geführten Ort mitten in der Natur mit Blick auf das Mittelmeer.

Du erhältst wertvolle Impulse und lernst die Qualitäten wichtiger Schlüsselfähigkeiten kennen, um den diversen Ansprüchen und Herausforderungen unserer Zeit souverän begegnen zu können. FÜR EINEN KLAREN GEIST, EMOTIONALE BALANCE UND KÖRPERLICHES WOHLBEFINDEN. Im Alltag nehmen wir uns meist nicht die Zeit dafür. Dabei ist es gerade in der heutigen Zeit so wichtig, seine Bedürfnisse klar wahrzunehmen und sich abgrenzen zu können, wenn es nötig ist.

Hast du Lust dich in einem geschützten Rahmen mit maximal 8 Personen auf eine spannende Reise zu dir selbst zu begeben? Dann haben wir etwas für dich!

Nimm dir Zeit für dich. Ruhe dich aus. Komm dir selbst wieder nah. Lerne dich neu kennen. Lasse los und tanke dich auf. (Er)Finde dich neu.

Was dich erwartet

Sechs Tage und fünf Nächte in einer nährenden Atmosphäre in der wärmenden Sonne Andalusiens.

Du erlebst tägliche Erfahrungseinheiten, Gruppenarbeit sowie Reflexion für deinen Körper, deinen Geist und deine Seele. Geleitet von zwei erfahrenen und beherzten Trainerinnen beleuchten und trainieren wir sieben Qualitäten, welche elementar für unser Wohlbefinden und Wohlsein sind.

Nicht jede*r braucht das Gleiche um sich wieder in Balance zu bringen. Daher bieten wir im Retreat verschiedene Zugänge, um dich selbst zu erleben - neben den Impulsen zu den sieben Schlüsselfähigkeiten auch durch:

Yoga, TRE - neurogenes Zittern, Embodimentübungen, Meditation, Recreation, Küstenwanderung, Breathwork, Zeit am und mit dem Meer, Eigenzeit und Mußestunden für dich, Begegnung mit dir selbst und in der Gruppe, gemeinsamem Austausch, mit saftigen Mangos ☺ und noch so vielem me(e)hr!



Der Ort

Darjas Yurtas ist eine Seminar- und Urlaubsoase direkt am Meer in der Nähe von Málaga. Darjas Vision und ihre kraftvolle Generation dieses Ortes passen wunderbar zu unserer Intention und bereitet den Nährboden für dieses Retreat.

Mehr Infos zu Darjas Yurtas findest du unter www.darjas-yurtas.com

Deine Retreatleiterinnen



Daniela Vollmann

Ich bin seit über 12 Jahren als Business & Life Coach sowie Trainerin für Einzelpersonen, Gruppen und Firmen tätig. Meine Herzensmission ist es, Menschen wieder mit sich in Kontakt zu bringen und dadurch ein authentisches, lebendiges, (ausdrucks)starkes Leben zu führen.



Carmen Sierra

Seit über 10 Jahren arbeite ich mit Menschen im Bereich Yoga, Meditation & Persönlichkeitsentwicklung und begleite sie dabei körperlich und geistig wieder bei sich anzukommen. Ich liebe es, Lösungen für Herausforderungen zu finden neue Richtungen aufzuzeigen.

Das Retreatprogramm in der Kurzübersicht

- Beginn, Sonntag 29.09.: Gemeinsames Ankommen vor Ort ab 18:00. Beginn des Retreats um 19:30 mit gemeinsamem Abendessen. Darauf folgen ein erster Abendimpuls und Tagesausklang.
- Montag - Donnerstag: Wir beginnen entspannt und ausgeruht um 9.00 Uhr mit den Erfahrungseinheiten. Bei einem ausgiebigen Brunch gegen 11 Uhr versorgt uns Darja mit leckeren Köstlichkeiten, gefolgt von einer längeren Pause für viel Me Time. Am Nachmittag geht es frisch und erholt mit weiteren Übungen und Embodiment weiter. Und um 18.00 Uhr werden wir mit einem gesunden 3-Gänge-Menü wieder liebevoll verpflegt.
- Um auch die schöne Landschaft und das Meer zu integrieren, haben wir für einen halben Tag eine Wanderung mit reichlich Eigenzeit eingeplant. Ebenso wird es einen gemeinsamen Nachmittag am Strand mit anschließendem Abendessen in einer Tapas-Bar geben.
- Abschluss, Freitag 04.10.: Nach einem frühen Frühstück und letzten Impuls-Einheiten sowie Abschlussrunde, endet das Retreat mit einem gemeinsamen Mittagessen.

Dein „Urlaubspaket“

- 5 Übernachtungen inkl. Halbpension in Doppelbelegung einer Yurte 435,- € (Einzelbelegung nur bei uns auf Anfrage)
- 6 Tage Retreatprogramm inkl. aller Materialien und Workbooks
- Seminarteilnahmegebühr
 - Frühbucheangebot: 585,- € inkl. MwSt. (bis 30.04.2024)
 - Regulärer Preis: 685,- € inkl. MwSt.
- Max. 8 Personen um in einen intensiven persönlichen Kontakt und Prozess zu kommen. Bitte melde dich mit dem beigefügten Anmeldeformular offiziell an. Im Anschluss bekommst du eine Anmeldebestätigung mit Rechnung über die Teilnahmegebühr

Im Seminar-Preis ist das gesamte Retreatprogramm sowie alle Unterlagen und Workbooks enthalten. Deine Unterbringung buchst du bitte direkt bei Darja (<https://darjas-yurtas.com/kontakt>). Solltest du deinen Aufenthalt verlängern wollen, kannst du das auch mit ihr abklären. Die Kosten für Übernachtung und Verpflegung rechnet du direkt mit Darja ab.

Nicht enthalten sind die Kosten für das Essengehen, für Hin- und Rückflug sowie die An- und Abreise zur Unterkunft selbst.

Für den Transfer vom und zum Flughafen bietet Darja einen Shuttleservice an. Diesen kann man sich auch mit anderen teilen. Ein Auto ist allerdings vor Ort notwendig (eins haben wir bereits gebucht). Auch hier können sich mehrere zusammenschließen und sich den Mietwagen teilen. Das ist sehr günstig. Bei der Organisation der Flüge sowie Mietwagen und Shuttle sind wir euch gerne behilflich.

Bei Fragen rund ums Retreat stehen wir dir gerne zur Verfügung!

Wir freuen uns auf ein wundervolles, entspannendes, inspirierendes und bekräftigendes Retreat mit dir!

Herzlichst, Carmen & Dany



MINDBODYCIRCLE®

Inspirationsretreat „MBC meets Andalusien“

Anmeldung: Hiermit melde ich mich verbindlich für das Retreat an:

Retreat-Termin: 29.09. – 04.10.2024 Ort: Darjas Yurtas, Benajafe/Málaga - Spanien

Name, Vorname: _____

Anschrift: _____

PLZ / Ort _____

Rechnungsanschrift _____

Telefon: _____ mobil: _____

E-Mail: _____

Seminarteilnahmegebühr: (bitte ankreuzen)

Frühbucher: 585,- € inkl. MwSt. (bis 30.04.2024)

Standard: 685,-€ inkl. MwSt.

Die Anmeldung bekundet zunächst dein Interesse an der Teilnahme am Retreat. Erst mit Eingang der Seminarteilnahmegebühr wird diese rechtsgültig und sichert deinen Retreatplatz.

Mir ist bekannt, dass eine Stornierung bis acht Wochen vor Retreatbeginn kostenfrei möglich ist. Bei Stornierungen bis 21 Tage vor Kursbeginn berechnen wir eine Gebühr von 50% der Seminarteilnahmegebühr als Stornokosten. Bei späteren Stornierungen ist die gesamte Seminarteilnahmegebühr zu entrichten, falls keine Ersatzperson gestellt wird.

Darüber hinaus habe ich die beigefügte Datenschutzerklärung zur Kenntnis genommen und bin damit einverstanden, dass die von mir angegebenen Daten elektronisch erhoben und gespeichert werden. Meine Daten werden dabei nur streng zweckgebunden zur Bearbeitung und Beantwortung meiner Anfrage verwendet.

Ich habe die Stornobedingungen, AGB und Anmeldebedingungen sowie Datenschutzerklärung zur Kenntnis genommen und stimme zu (bitte ankreuzen)

Ort, Datum: _____ Unterschrift: _____

AGB und Anmeldebedingungen.

1. Vertragsgegenstand

Die folgenden allgemeinen Geschäftsbedingungen sind Vertragsbestandteil der verbindlichen Buchung durch die Anmeldung der Teilnehmerin bzw. des Teilnehmers.

2. Anmeldebestätigung/ Widerruf durch Teilnehmer/in

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie von MINDBODYCIRCLE eine schriftliche Anmeldebestätigung und eine Rechnung für die vereinbarte Seminargebühr. Die verbindliche Buchung kommt durch die Anmeldung und die Anmeldebestätigung durch unser Haus zustande und kann binnen 48 Stunden per Mail oder Brief widerrufen werden.

3. Widerruf durch den Veranstalter MINDBODYCIRCLE behält sich vor, Angebote wegen zu geringer TeilnehmerInnenzahl oder anderer wichtiger Gründe zu verschieben oder abzusagen. In diesem Fall werden Sie rechtzeitig informiert. MINDBODYCIRCLE haftet ausdrücklich nicht für Schadensersatzansprüche bei Nichterfüllung vereinbarter Termine. Gezahlte Seminarteilnahmegebühren werden in diesem Fall anteilig zurückerstattet. Außerdem behält sich MINDBODYCIRCLE das Recht vor, Personen vor oder während des Kurses von der Teilnahme auszuschließen, die Durchführung des Angebotes nachhaltig stören. Bereits gezahlte Teilnahmegebühren werden in diesen Fällen nicht zurückerstattet.

4. Leistungen Die Leistungen umfassen, wenn nicht anders angegeben, die Durchführung des Angebotes, wie in der Ausschreibung und der Internetpräsenz angegeben. Die Preise verstehen sich in EUR inklusive aller Steuern, Abgaben und Services. Preisanpassungen sind aufgrund der steigenden Preisinflation möglich. Du hast die Möglichkeit innerhalb von 14 Tagen nach Ankündigung der Preisanpassung von deiner bereits bestehenden Buchung per Mail oder Brief kostenfrei zurückzutreten.

5. Unterkunft/ Übernachtung/Verpflegung Die Konditionen des Seminarortes haben wir zum Zeitpunkt der Drucklegung in der Ausschreibung aufgeführt. Verbindlich sind die tatsächlichen Leistungen und Preise, die Sie bei den jeweiligen Seminarhäusern erfragen können. *Die Organisation und Abrechnung der Übernachtung / Verpflegung erfolgt direkt zwischen dem Teilnehmer und dem Seminarhaus. Es gelten die jeweiligen Geschäfts-/Stornobedingungen des Seminarhauses.*

6. Rücktritt durch die/den TeilnehmerIn Sollten Sie nicht am Angebot teilnehmen können, so entstehen Ihnen keine Kosten, wenn MINDBODYCIRCLE spätestens 8 Wochen vor Beginn des Kurses eine schriftliche Abmeldung von Ihnen erhält. Geht uns Ihre schriftliche Abmeldung bis spätestens 21 Tage vor Beginn des Kurses zu, wird eine Stornierungsgebühr in Höhe von 50% der Teilnahmegebühr berechnet. Bei späterer Abmeldung oder bei Nichterscheinen, unbesehen aus welchen Gründen, werden 100% der Teilnahmegebühr verrechnet. Es steht Ihnen jedoch frei, eine/n Ersatzteilnehmer/in, der/die alle Vertragsbestandteile übernimmt, in den Kurs zu entsenden. Zur Absicherung von Unfällen, Krankheiten, Schwangerschaften, etc. empfehlen wir den Abschluss einer Seminarrücktrittsversicherung, z.B. bei der Europäische Reiseversicherung (ERV).

7. Markenschutz und Sektenausschluss Für MINDBODYCIRCLE ist der Markenschutz beantragt. Alle Seminarunterlagen unterliegen dem gesetzlichen Urheberrecht. Sie sind ausschließlich für die persönliche Anwendung bestimmt. Weder MINDBODYCIRCLE, noch die dort tätigen Trainer und Kursleiter gehören in irgendeiner Form einer Sekte oder sektenähnlichen Gruppe an. Ihre Teilnahme an Angeboten des MINDBODYCIRCLE ist freiwillig, eine weitergehende Verpflichtung mit Ausnahme der Teilnahmegebühr besteht zu keiner Zeit.

8. Haftung Anspruch auf Schadensersatz im Zusammenhang mit der Teilnahme an unseren Seminaren besteht nicht, es sei denn, der Veranstalter oder die Leiter haben nachweislich, vorsätzlich oder grob fahrlässig gehandelt. Für Beschädigungen, die durch die Teilnehmerin / den Teilnehmer verursacht werden, haftet dieser selbst. Grundsätzlich sind Sie sich bewusst darüber, dass Sie mit Ihrer freiwilligen Teilnahme die volle Verantwortung für sich übernehmen. Ferner sichern Sie zu, dass Sie psychisch stabil sind und keine Ihnen bekannten psychischen und körperlichen Leiden verheimlichen. Im Zweifelsfall gehen Sie vor Ihrer Anmeldung mit uns hierzu ins Gespräch. Weitergehende Ansprüche sind ausgeschlossen.

9. Mitgebrachte Gegenstände

Mitgeführte, persönliche Gegenstände befinden sich auf eigene Gefahr in den Zimmern (Yurten), Veranstaltungsräumen und im Außenbereich. Es ist Sache der Teilnehmerin/des Teilnehmers, die mitgebrachten Gegenstände sachgerecht zu versichern. Die Seminarleitung übernimmt für Verlust, Untergang und Beschädigung keine Haftung, auch nicht für Vermögensschäden.

10. Datenschutzerklärung Falls meine Anmeldung angenommen und ein Ausbildungsvertrag geschlossen wird, bin ich mit der Erhebung, Verarbeitung (Speicherung, Veränderung, Übermittlung) oder Nutzung meiner in der Anmeldung aufgeführten personenbezogenen Daten im folgenden Umfang einverstanden: 1. MINDBODYCIRCLE erhebt, verarbeitet und nutzt personenbezogene Daten seiner Mitglieder (Einzelangaben zu persönlichen und sachlichen Verhältnissen) mittels Datenverarbeitungsanlagen (EDV). Es handelt sich insbesondere um die in der Anmeldung aufgeführten Daten: Name und Anschrift, Bankverbindung (falls Lastschriftinzug), Telefonnummer (Festnetz oder Mobil), E-Mail-Adresse. 2. Teilnehmerlisten und E-Mail-Verteiler werden in digitaler oder gedruckter Form im Kreise der Teilnehmer und der Kursleitung weitergegeben und veröffentlicht. 3. Jeder Teilnehmer hat im Rahmen des Bundesdatenschutzgesetzes das Recht auf Auskunft über die zu seiner Person gespeicherten Daten, ggf. den Empfängern bei Datenübermittlung, den Zweck der Speicherung sowie auf Berichtigung, Löschung oder Sperrung seiner Daten. Eine anderweitige, über die Erfüllung seiner Zwecke hinausgehende Datenverarbeitung oder Nutzung (z.B. zu Werbezwecken) ist MINDBODYCIRCLE nur gestattet, sofern sie aus gesetzlichen Gründen hierzu verpflichtet ist oder eine Einwilligung des Teilnehmers vorliegt. Ein Verkauf von Daten ist nicht erlaubt. 4. Gültigkeit der Datenschutzerklärung: Ihre Einwilligung gilt über die Beendigung des genutzten Angebotes, endet jedoch nach Ablauf der gesetzlichen Aufbewahrungsfristen oder durch Ihren Widerruf, der jederzeit möglich ist. Personenbezogene Daten der Teilnehmer, die die Buchhaltung betreffen, werden gemäß den steuergesetzlichen Bestimmungen bis zu zehn Jahre aufbewahrt. Neben der Zustimmung der Datenschutzerklärung im Rahmen der Anmeldung erhält der Teilnehmer während des Angebotes nochmals eine gesonderte Datenschutzerklärung. Darüber hinaus verweisen wir im Rahmen dieser allgemeinen Bedingungen auch auf die Datenschutzerklärung auf unserer Homepage, die unter dem nachfolgenden link einsehbar ist: <https://www.mindbodycircle.de/j/privacy>

Stand: November 2023