



Philosophie

Lernen Sie in einer wunderschönen Umgebung, während imposanter Wanderungen und in unseren gemütlichen Räumlichkeiten, Achtsamkeits- und Bewusstseins-Techniken kennen, um im Alltag mehr Gelassenheit und Lebensfreude zu leben.

Bei einer Gruppengrösse von 4–6 Personen können wir sehr gut auf die Themenwünsche der Teilnehmenden eingehen.

Gerne organisieren wir auch Ihre Team-Retraite oder Ihren Team-Anlass.

Schwerpunktt Themen

- Kraft der Gegenwart
- Wie komme ich in meinen Flow
- Selbstliebe, inneres Kind
- Glaubenssätze auflösen
- Stressabbau, belastende Gedanken hinterfragen

Clos Gaufroy

Entschleunigungs-oase

**Persönlichkeitsbildung in der Natur
und beim Wandern**



Luzia Koller dipl. Lebenscoach und Richard Schaller

Wandern, Kraftorte entdecken

Den grossartigen Blick von den Rochers des Sommètres über das Tal des Doubs und den französischen Jura bewundern, die spektakulären Felsformationen entlang des Doubs bestaunen, oder die liebliche Aussicht vom Mont Soleil über die Weite der Freiberge verinnerlichen und den nahegelegenen wunderschönen Moorsee Etang de la Gruère entdecken.

Stille geniessen

Die wohltuende Ruhe und die wunderbare Natur in unserem Garten geniessen, am plätschernden Teich unter schattigen Bäumen lesen und die Seele baumeln lassen.

Es wird Sie begeistern.

Weitere Informationen

Die Wanderungen werden in Kategorien von 2–3 Std. oder von 3–5 Std. angeboten. Selbstverständlich können Sie auch einen Tag pausieren und einfach im Clos Gaufroy verweilen.

Im Preis inbegriffen

- Begleitete Wanderungen
- Skripts und Übungsanleitungen
- Täglich 1-2 Std. theoretische Kenntnisse
- Unterkunft inkl. Frühstück
- Picknick am Mittag
- Übernachtung im Doppelzimmer mit Etagenbad
- Einzelzimmer mit Aufpreis

(Nicht inbegriffen ist das Abendessen, welches wir gemeinsam in gemütlichen Aubergen in der Umgebung einnehmen).

Wir freuen uns auf Sie

Gerne werden wir Sie bei den Gehgesprächen im Herzen der Freiberge und im regionalen Naturpark Parc du Doubs begleiten und als Gastgeber Ihren Aufenthalt in unserer Entschleunigungs- und Ruheoase so angenehm und nachhaltig wie möglich gestalten.

Anmeldung oder Fragen

Luzia Koller & Richard Schaller
Haut du Village 2
2345 La Chau-des-Breuleux
Tel. 032 396 32 19
Natel 079 423 47 55
E-Mail info@closgaufroy.ch
www.closgaufroy.ch