

# Die Kunst des Flow

Winterwoche (6Tage)



Menschen, die in der heutigen Zeit erfolgreich "mitspielen", beherrschen die Kunst des „Flow“, dem Handeln in entspannter Konzentration. Eigene Grenzen spielerisch zu erweitern und sich mit Erstaunen der eigenen Potentiale bewusst zu werden, steht im Mittelpunkt dieser Winterwoche. Der harmonische Wechsel zwischen der Bewegung draußen und drinnen lädt dazu ein, sich mit folgenden Themen zu beschäftigen:

- Was heißt Flow „im Fluss sein“ für mich?
- Was trennt mich davon?
- Was brauche ich? Wo möchte ich mehr für mich sorgen?
- Wie gestalte ich eine erfolgreiche work-life-balance?
- Eigene Fragen und Themen, die jeder mitbringt.

Beim Skifahren in einer herrlichen Berglandschaft, fern jeder Hektik, werden Sie erleben, wie Sie schnell und mit Freude lernen und welche wichtige Rolle Loslassen dabei spielt. Beim täglichen Zusammentreffen im Seminarraum im Kreise interessanter und interessierter Menschen werden wir uns auf vielfältige Weise den eigenen Fragen nähern. Dabei werden Spielen, Tanzen, Austauschen sowie Momente der Ruhe und Stille für einen ebenso erholsamen wie spannenden Verlauf sorgen.

Der Wechsel zwischen Piste und Seminarraum (nachmittags/abends), zwischen äußerem und innerem Spiel, zwischen Erfahrung und Reflektion, zwischen (positiver) Anspannung und Entspannung wird dafür sorgen, dass diese Woche nachhaltig in Erinnerung bleibt und jeder viele wertvolle Impulse für sich mitnimmt.

- Termin:** 26.2. – 3.3.2012  
Sonntag 19 Uhr bis Samstag 12 Uhr
- Ort:** Hotel Balance (Wallis)  
[www.vegetarisches-hotel.ch](http://www.vegetarisches-hotel.ch)
- Kosten:** Seminar: € 650  
Unterkunft/Halbpension/Liftpass: ca. € 750
- Literatur:** „Spielraum für Wesentliches“ von Christian Maier
- Information und Anmeldung:** Christian Maier, Tel. 07634-69264  
[info@innergame.de](mailto:info@innergame.de) [www.innergame.de](http://www.innergame.de)