



LEBENDIG SEIN

stabil in dir - beweglich im Leben

Insel-Retreat, im Chiemsee Kloster

Frühjahr: 14. - 17. Mai 2026

Herbst: 25. - 27. September 2026

LEBENDIG SEIN

entdecken - erkunden - erleben



Gemeint ist dieses Gefühl,

Energie zur Verfügung zu haben und
im eigenen Leben **wirklich anwesend** zu sein.

Lebendigkeit entsteht, wenn wir unsere
Bedürfnisse kennen und diese bewußt leben.

Sie ist Rückkehr in den Rhythmus, zum Tanz
zwischen den Polaritäten, im Hier und Jetzt.

Lebendigkeit ist Feedback, nicht Ziel.

Im Kloster auf der magischen Fraueninsel,
kommst du an, kannst loslassen und SEIN -
im Atem, im Körper, im Augenblick - dich
ausrichten, spüren, agieren, und dich dem
Moment ganz anvertrauen - klar in dir und offen
für das, was sich zeigen will.

Ein exklusives Retreat (max. 6 Teilnehmende)

Mit viel Erfahrung und Einfühlungsvermögen be-
gleite ich dich in dein lebendiges, fühlendes Sein.

Gesamtinvestition pro Person:

Yoga / Coaching / individuelle Betreuung,
Übernachtung inkl. Frühstück

Frühjahr 14. - 17. Mai 2026 : ab 713 €

Herbst 25. - 27. Sept. 2026: ab 609 €

♥ **Informationen & Buchung:**

✉ leben@sabine-adam.com

🌐 sabine-adam.com

☎ 0152-53637005

**Von Herzen freue ich mich
auf dich, Sabine**

Zertifizierte Yogatherapeutin,
LifeCoach, ausgebildete HPP

