

# ENERGIE- RETREAT

6 Tage  
22.-27.04.2018



Die neue Art der  
aktiven Entspannung  
und Entschleunigung

Auszeit für Körper,  
Geist, Seele und  
Raum für neue Ideen

Leitung:  
Friederike Feil und  
Eberhard Wagemann

## Retreat-Inhalte

- Yoga-Entspannungs- und Atemübungen.
- Meditationen mit wirksamen Suggestionen.
- Vorträge über die Dr. Feil Ernährung, Stressbewältigung und die Kraftquellen der Yogis.
- Schweige-Spaziergänge in herrlicher Umgebung.
- Erlebnis-Kochworkshop mit kleiner Kräuterkunde.
- Bio-Ernährungsangebot während der 6 Retreat-Tage.
- LIVE-Demonstration: richtige Ausrichtung der Wirbelsäule und Biomechanik des Körpers, mit unserem *Special Guest Laura Groom, Berlin*.
- **Extra-Angebot:**  
Einzelbehandlungen durch Laura Groom sind während der 6 Tage gegen Bezahlung möglich.
- Freiraum: Zeit für sich selbst.
- Abschlusszeremonie mit Zertifikat.

## Wer freut sich auf Sie?

**Friederike Feil** arbeitet in leitender Funktion bei der Forschungsgruppe Dr. Feil. Sie ist mehrfache Bestseller-Autorin/Koautorin.

Die im deutschsprachigen Raum bekannte Ernährungs-, Nährstoff- und Stoffwechselspezialistin ist Doktorandin für Ernährung und Krankheit an der Universität Halle und tritt als Gastdozentin an der Universität Heilbronn auf. Als Sport- und Bewegungstrainerin und Yogalehrerin verknüpft sie ihre Leidenschaften in ihrer Freizeit: Frau Feil gehörte von 2012 bis 2014 zum Kreis der besten Hindernisläuferinnen der Welt. Sie ist 2fache Gewinnerin des legendären Tough-Guy-Rennens in England und 6fache Gewinnerin des StrongmanRuns in ganz Europa. Ihre Ausbildung als Sport- und Bewegungstrainerin absolvierte sie in den USA.

**Eberhard Wagemann** ist erfolgreicher Unternehmer, Turn-Around-Spezialist, Querdenker und Extremsportler. Sein Topthema lautet: Wie sind Spitzenleistungen für „Kopfarbeiter“ ohne körperlichen und mentalen Raubbau möglich?

Eberhard Wagemann ist Koautor des im Vahlen-Verlag erschienenen Standardwerks „Interim-Management – den Unternehmenswandel erfolgreich gestalten“. Weiterhin sind im Eigenverlag folgende Publikationen erschienen: „Das Energiehaus – die Öffnung der Kraft für Kreativität und Höchstleistungen“ und „Zu den Kraftquellen der Yogis – Pilgerreise und intensive Praxis im Himalaya“.

Durch seine intensiven Yoga- und Intuitionslehrer-Ausbildungen hat er sich auf die sogenannten weichen Faktoren spezialisiert.

## Leistungen und Investition

### Wann

Energie-Retreat vom 22. bis 27.04.2018

### Wo

Seminar- und Ferienhaus Hollerbühl,  
Schmalenberg 20, 79875 Dachsberg; [www.hollerbuehl.de](http://www.hollerbuehl.de)

### Verfügbare Plätze

25 Teilnehmer

### Retreat-Kosten

599,00 € (einmaliger Einführungspreis)\*

*Die Überweisung ist bis spätestens 15.03.2018 zu leisten.*

### Friederike Feil Academy

Deutsche Kreditbank

IBAN: DE36 1203 0000 1033 4415 59 | BIC: BYLADEM1001

USt-IdNr.: DE290436967

### Unterkunftskosten

DZ = 80,00 € pro Nacht p. P., Gesamtkosten: 400,00 €

EZ = 90,00 € pro Nacht p. P., Gesamtkosten: 450,00 €

*Die Übernachtungskosten werden vor Ort in bar gezahlt.*

*Inklusive: Regionale vegetarische Vollverpflegung (Energie-Brunch, Gehirnpower-Mittagssnack, Schlemmer-Abendessen)*

### Anmeldung

<http://lebensenergie.blog/shop/>

oder per Mail: [info@lebensenergie.blog](mailto:info@lebensenergie.blog)

\* **Es gibt 3 Plätze für Studenten und Erwachsene in der Ausbildung:**

*Retreat-Investition: 349,00 € (ermäßig)*

*Übernachtung auf der 3-Bett-Empore: 62,00 € pro Nacht p. P.*

*Gesamtkosten Unterkunft & Vollverpflegung: 310,00 €*