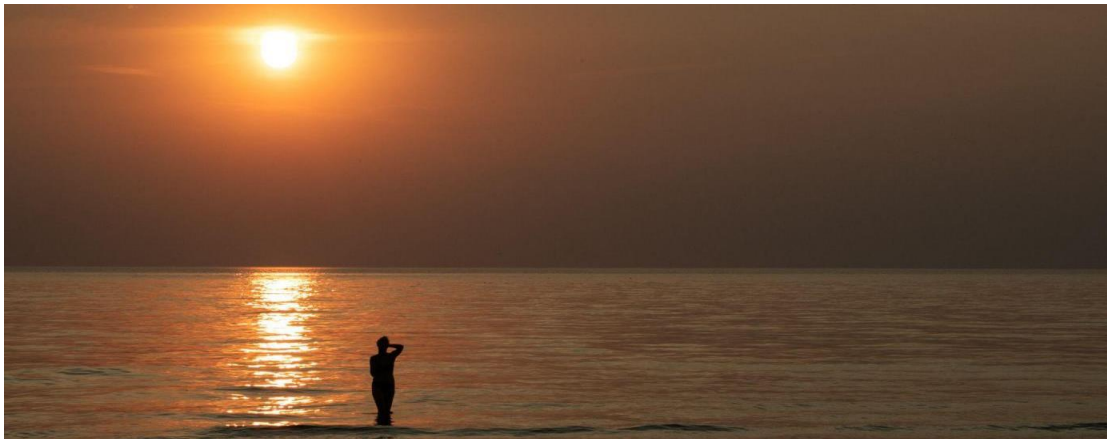




## Frauen-Retreat "DEINE NATUR" in Litauen am Baltischen Meer 2. - 7. Juli 2024

Vier volle Luxustage, um dich mit Freude und Anmut mit deiner natürlichen weiblichen Ausstrahlung und deiner Schönheit wieder zu verbinden. Du wirst dabei von der einzigartigen Natur an der litauischen Küste liebevoll und nährend umarmt! Du erlebst Mandala-Dance, Naturerlebnisse und vieles mehr.



### Bist du das?

- ♥ Bist du eine einfühlsame, sensible Frau, die lieben und geliebt werden möchte?
- ♥ Möchtest du als bewusste Frau und als Liebhaberin Freude in deinem Körper spüren, willst deinen natürlichen Rhythmus leben und dich strahlend und attraktiv fühlen?
- ♥ Liebst du die Schönheit und die Natur, und spürst du einen tiefen Ruf, deine Verbindung mit allem, was du bist, mit deiner Wahrheit, zu vertiefen, ohne zu zweifeln und ohne dein inneres Licht klein zu halten?

### Ja, schön und gut, jedoch ...

- ♥ Du hast erkannt, dass du Selbstverurteilungen, vergangene Verbitterungen oder Groll loslassen musst, um dich wieder mit deiner weiblichen Natur zu verbinden und um eine bessere Lebensqualität zu generieren.
- ♥ Du bist gut darin, dich um andere zu kümmern – um deine Familie und um deine Kunden -, aber du hast Mühe, die Zeit zu finden, um dich selbst und deine Weiblichkeit zu pflegen.
- ♥ Du kommst beruflich gut zurecht, jedoch fällt es dir schwer, deine weiblichen Rollen als Geliebte und Mutter unter einen Hut zu bringen.
- ♥ Du möchtest Freude und Vergnügen empfinden und eine wunderbare Beziehung zu dir selbst, zu deinem Körper und zu deinem Ehemann oder Partner haben, und - obwohl du Frieden und Harmonie schätzt -, erlebst du von Zeit zu Zeit stürmische Gefühle, wirst reizbar oder wütend und beginnst, an deinem Wert und an deinem Selbstvertrauen zu zweifeln.





## Hier, ein Lichtblick für dich!

Aisté Samuliene hat JETZT FÜR DICH, dieses Retreat, diesen einzigartigen Rückzugsort, geschaffen, um Licht in all diese dunklen Bereiche zu bringen. Sie bietet dir einen sicheren und liebevollen Raum an, und sie wird dich anleiten, zu deiner natürlichen weiblichen Ausstrahlung zurückzukehren:

- LOSLASSEN der Schwere der Vergangenheit
- DICH IN DICH SELBST VERLIEBEN - dich wieder mit deinem Körper verbinden
- GENÄHRT WERDEN durch die lebendige Natur, Körperübungen praktizieren, mit nahrhaften und schönen Lebensmitteln sinnlich verwöhnt werden und in einer intimen Gruppe von maximal acht Frauen zusammen sein.

All dies geschieht durch die anmutige, sanfte, weibliche Körper- und Energiepraxis des **Mandala-Dance**, durch Erfahrungen in der Natur, durch geschützten Austausch und durch Meditationen.

Mandala-Dance ist ein alter heiliger Tempeltanz. Diese energetische Bewegungstanzpraxis wird unsere Körper vereinen und ins Gleichgewicht bringen. Das Hauptelement der Praxis - das Zeichen der Acht - ist das Element der Einheit, der Ewigkeit und der Unendlichkeit. Auf diese Weise kannst du das Gleichgewicht und die Einheit deiner kostbaren Qualitäten wiederherstellen.

## Stell dir einfach mal vor...

- Du fühlst Frieden und Vertrauen in deinem Körper, in dir selbst und in deinem Lebensweg. Bist entspannt und voller neuer Inspirationen, die aus deinem Inneren geboren wurden, aber nicht von aussen erzählt werden.
- Fünf Nächte und vier Tage bist du in die Schwingungen der Natur eingebunden: Du schläfst, du gehst spazieren und machst Übungen, du hörst Geräusche, nimmst Düfte wahr, die durchdrungen sind von den Energien der Natur: Meer, Waldbäume, eines kleinen Bachs, Blumen, Sonne und Sterne, erlebst die schönsten Wolken, Sonnenuntergänge u.v.m.
- Du kommst strahlend nach Hause, spürst den Fluss der Freude und des Vergnügens in deinem Körper.
- Das sind die Zielsetzungen des Retreats!

Buche jetzt deinen Platz per E-Mail bei Beatrice Hofmann: [willkommen@lustvoll-leben.ch](mailto:willkommen@lustvoll-leben.ch).



Beatrice Hofmann, Aura-Soma® Praktikerin und Inspirationscoach, hat im Juni 2023 in England bei Mike Booth (Vorsitzender von Aura-Soma) Aisté Samuliene und Mandala Dance kennengelernt. Beatrice war dermassen begeistert, dass sie Aisté im September 2023 sogleich zu einem Mandala Dance Frauen Retreat in die Schweiz eingeladen hat. Seit September 2023 nimmt Beatrice regelmässig an den wöchentlichen Tanzübungen von Aisté teil. Diese Übungen haben bei Beatrice zu einzigartigen Veränderungen in ihrem Körper und in ihrem Wesen geführt. Lies darüber mehr auf der Webseite [www.lustvoll-leben.ch](http://www.lustvoll-leben.ch).





## Deine Seminarleiterin ist Aistė Samuliene

Sie ist „Strahlende Weibliche Mentorin“, Mandala Tanzlehrerin und Aura-Soma® Praktikerin. Sie kommt aus Litauen und lädt dich jetzt an ihren Lieblingsort an der litauischen Küste, in das Fischerdorf Karkelbeck, ein, einen wunderschönen, in jeder Hinsicht reinen und lebendigen Ort.

Aistė hilft einfühlsamen, sensiblen Frauen, die Probleme mit ihrer weiblichen Gesundheit und ihren Beziehungen haben, ihre Körperzyklen ins Gleichgewicht zu bringen, ihre weibliche Natur zu stärken und zu ihrer natürlichen Ausstrahlung, Fruchtbarkeit und ihrem Selbstvertrauen zurückzukehren, so dass sie Freude erleben, sich attraktiv fühlen und romantische Beziehungen

genießen können, ohne übermässig zu kontrollieren, ohne die Geschichte ihrer Ahnenreihe zu wiederholen und um die Herausforderungen und ihre Rollen als Frauen in Einklang zu bringen.

### Was ist einzigartig an diesem Retreat:

- ♥ Alles, was Aiste mit Frauen teilt und anleitet, verkörpert sie selbst und hat sie an sich selbst erfahren. Sie erlebt es in ihrem Leben und ihren Beziehungen.
- ♥ Sie hilft dir, mit Leichtigkeit und Anmut zu deiner natürlichen weiblichen Essenz zurückzukehren, die in deinem Körper verschlüsselt ist. Sie unterstützt dich deine innere und äussere Schönheit, deine innere Männlichkeit und Weiblichkeit, zu vereinen.
- ♥ Sie führt dich zur Quelle deines inneren Wissens, damit du Authentizität und Führung von innen heraus entdecken kannst.
- ♥ Sie verbindet Spiritualität mit deinem Körper, mit Sexualität und mit Beziehungen zu deinem Ehemann, Geliebten oder Partner, dies in praktischen, alltäglichen Aspekten des Lebens einer Frau und stellt das Gleichgewicht wieder her.
- ♥ Dieses Retreat wird speziell nur für eine besonders kleine Gruppe angeboten, um DIR persönliche Aufmerksamkeit zu schenken.
- ♥ Über allem steht die wunderschöne, lebendige, nährnde Natur. Die Natur in dir und ausserhalb von dir.



*Umarme deine natürliche Ausstrahlung und geniesse es,  
eine weise Frau voller Freude und Liebe zu sein!*





## Über den Aufenthaltsort des Retreats am Baltischen Meer Aistė nennt es „Himmel auf Erden“



Ein solcher Ort, der mit Sicherheit den Himmel auf Erden verkörpert, ist Karkelbeck Nr. 409 am Ufer des Baltischen Meeres in Litauen. Ein lebendiger Ort für Rückzug, Inspiration und tiefe Heilung des Weiblichen. Siehe dazu <https://www.karkelbeck.lt/home>

*"Wir haben das Grün des Waldes, die Farben der Blumen, das Fließen des kleinen Baches und die Grossartigkeit des Meeres, der Sonne und der Wolken, und wir werden sehen, was Mutter Natur noch mit uns teilen wird. Dies ist der beste Ort in meinem Land, um einen weiblichen Rückzug in der sommerlichen Natur zu machen, du wirst es lieben!" Aistė Samuliene*

Das Gehöft Karkelbeck Nr. 409, welches von Einheimischen geführt wird, lädt zum Entspannen am Meer ein. Es liegt in der Nähe des Waldes, abseits des sommerlichen Trubels.

Ruhe erwartet dich mit dem Rauschen des Meeres durch das offene Fenster, die litauische Wiese voller Wildblumen, alten Eichen, und Wald, dem Weg zum Meer, den Wellen und dem Sand der Ostsee, diesem heilenden blauen Farbton und der gemütlichen und komfortablen Umgebung.



Royal Amber House



Royal Amber House, innen



Gazebos



Gazebo innen



Servicehaus

"Royal Amber House", das königliche Bernstein-Haus, das in traditioneller Holzarchitektur erbaute Gästehaus verfügt über alles, was man braucht, um sich wie zu Hause zu fühlen: eine komfortable Küche, Fussbodenheizung, einen Holzofen, Dusch- und WC-Anlagen, einen Dachboden und bequeme Matratzen. Das Haus steht einzig für uns Frauen während diesen Tagen zur Verfügung. Es gibt Doppelzimmer und im Dachgeschoss ein Einzelzimmer.

Als weitere Übernachtungsmöglichkeit stehen uns sogenannte Gazebos zur Verfügung. "Gazebo" ist eine einzigartige Gelegenheit, wie auf der Insel Bali zu leben. Hier ist man der Natur so nah, dass man sie hautnah erleben kann, und gleichzeitig hat man es bequem, wärmt sich in der Wolle und ist vor Regen und Wind geschützt. Strom, WC, Duschen und Küche befinden sich im Servicehaus. In einem Gazebo übernachten zwei Frauen zusammen.

### Was dich erwartet:

- 4-tägiges Retreat beinhaltend 5 Übernachtungen im Karkelbeck Nr. 409.
- Dreimal täglich vegetarische Mahlzeiten: beginnend mit dem Abendessen am 2. Juli und endend mit dem Frühstück am 7. Juli.
- Gruppe von mindestens 6 bis maximal 8 Frauen plus Aistė und Beatrice.



- Aistè spricht auf Englisch und wird ins Deutsche übersetzt, dank Beatrice Hofmann.
- Genussvolle Zeit mit Tanz, Meditation, Klängen, Düften, Ritualen, Naturerlebnissen u.v.m.
- Waldspaziergang "Die Baum-Mensch-Verbindung erneuern und aktivieren" mit Ausra Mendele, der Gastgeberin und Gründerin von Karkelbeck Nr. 409.
- Freie Zeit für sich selbst, um in der Natur zu sein, im Wald, am Meer, in den Blumengärten u.v.m.
- Anreisetag: Dienstag, 2. Juli, zum Flughafen Palanga PLQ. Organisierter Transfer nach Karkelbeck Nr. 409. Fahrzeit ca. 30 Minuten.
- Rückreisetag: Sonntag, 7. Juli, - Frühstück und Heimreise, Organisierter Transfer zum Flughafen Palanga.
- **KOSTEN:**  
Regulärer Preis: 1'535 Euro pro Frau, im "Royal Amber House" (3 Plätze):  
Zwei Frauen im ersten Stock und eine Frau auf dem Dachboden.  
**EARLY BIRD Preis bis am 4. April 2024: 1'335 Euro pro Frau**

Regulärer Preis: 1'335 Euro pro Frau, in einem "Gazebo" (5 Plätze): Zwei Frauen pro Gazebo. Es stehen drei Gazebos zur Verfügung.

**EARLY BIRD Preis bis am 4. April 2024: 1'135 Euro pro Frau**

Dieses Retreat bietet Raum für eine begrenzte Anzahl von nur 8 Teilnehmerinnen, so dass eine persönliche Betreuung gewährleistet ist.

## ANMELDUNG

Das heisst: **Buche jetzt bei Beatrice Hofmann per E-Mail und sichere dir deinen Platz.**

Nach Eingang der Anmeldung erhältst du eine Bestätigung und die Rechnung, zahlbar innerhalb von 10 Tagen. Falls du eine andere Zahlungsmodalität bevorzugst, dann teile uns dies bitte mit.

E-Mail: [willkommen@lustvoll-leben.ch](mailto:willkommen@lustvoll-leben.ch)

Mobile +41 79 403 87 63

[www.lustvoll-leben.ch](http://www.lustvoll-leben.ch)



Beatrice Hofmann

## STORNIERUNG

Es ist KEINE Stornierung durch die Teilnehmerin möglich. In jedem Fall (auch bei Nichtteilnahme) ist die volle Gebühr zu entrichten. Die Bereitstellung einer geeigneten Ersatzteilnehmerin ist nach Absprache und Beratung möglich.

Wir empfehlen dir, den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung für Seminare und Kurse zu erwägen.

Der Veranstalter ist berechtigt, das Retreat bei zu geringer Teilnehmerzahl abzusagen. Im Falle einer Absage durch den Veranstalter werden die bereits gezahlten Gebühren zurückerstattet. Weitere Ansprüche bestehen nicht.