



890 €\*

01.06. - 06.06.2026

# AWAWARENESS

*Getreat*

**Träume leben & neue Perspektiven entwickeln**

Deine Coachingreise in die malerische Bourgogne

---

Anmeldungen und weitere Infos:

E-Mail an  
[petra@hoffknecht.com](mailto:petra@hoffknecht.com)

**Tagungsort:**  
[www.latourdegiry.fr](http://www.latourdegiry.fr)

\*Tagungsgebühr, inkl. Unterlagen, Mittagsimbiss, Getränke  
exkl. An-, Abreise, Unterkunft mit Halbpension



01.06. - 06.06.2026  
**AWA'RENESS**  
*Retreat*



„Wenn Du nur um 2 Grad von Deinem bisherigen Weg abweichst, mag Dir das wenig vorkommen.“

Aber Du kommst ganz woanders raus.“

(frei nach Hape Kerkeling aus seinem Buch „Ich bin dann mal weg“)

---

## Was erwartet dich?

Entspannen – runterkommen – sich wohlfühlen. Bei sich selbst ankommen.

Für ein zufriedenes, erfülltes Leben im Einklang mit den eigenen Werten. Gemeinschaft in der Gruppe wechselt sich ab mit individuellem Coaching zum Austausch über Deine persönlichen Wünsche und Ziele im Leben und die Themen, die Dich bewegen. Was hast Du bislang erreicht? Wo möchtest Du noch hin? Gibt es noch unerfüllte Träume und wie kannst du diese nach und nach erreichen?

---

## Programm

- Stärken stärken, positive Persönlichkeitsentwicklung
- Ausgewählte Coachingtools (z.B. Wheel of Life, Vision Board)
- Reflexionsübungen & ggf. Einzelcoachings
- Walk & Talk
- Ausflüge (z.B. Flavigny)
- Start in den Tag mit Yoga-Asanas und Bewegungseinheiten (optional)

Für Entspannung sorgen ausgedehnte Spaziergänge in den sanften Hügeln des Burgunds, für Abkühlung die Möglichkeit zum Schwimmen im nahe gelegenen Natursee. Es

Tiefgehende Gespräche unter dem abendlichen klaren Sternenhimmel lassen uns runterkommen und den Tag ausklingen.



01.06. - 06.06.2026

# AWARENESS *Retreat*



## Unterkunft

Wir wohnen in liebevoll eingerichteten **Einzel- und Doppelzimmern (74 € bzw. 92 €/Nacht)** in der Gîte „**La Tour de Giry**“ ([www.latourdegiry.fr](http://www.latourdegiry.fr)), dem eigentümergeführten **Bio-Bauernhof** mit Tagungsräumen unserer Gastgeber Elisabeth und Jean-Michel im Herzen der Bourgogne. Das deutsch-französische Ehepaar hat sich hier einen Traum erfüllt und einen absolut **inspirierenden Wohlfühlort** geschaffen, voller kreativer und positiver Energie.

Morgens weckt uns der Hof-Hahn. Gemeinsam an der großen Tafel im urigen Speisesaal aus früheren Jahrhunderten starten wir mit einem gesunden Frühstück in den Tag. In gemütlicher Atmosphäre stärken wir uns mit frischen regionalen Produkten. Abends lassen wir uns mit einem **selbstgekochten, mehrgängigen Menü à la française** verwöhnen inkl. Aperitif, Wasser und Wein (**34 €/Person/Tag**).

Die Zimmer verfügen jeweils über ein eigenes Bad mit Dusche und WC. Bettwäsche und Handtücher werden gestellt. Frühstück und Mittagsimbiss (Nüsse, Obst, Tartes) inkl. Getränke sind ebenfalls im Preis enthalten.

## Organisatorisches

Anmeldung ab sofort **per E-Mail unter Nennung von Vor- und Zuname, Adresse, Mobilnummer, E-Mailadresse**. Bitte gib an, ob Du ein Einzel- oder Doppelzimmer buchen möchtest und ob es Lebensmittelunverträglichkeiten gibt.

Die **Anmeldung ist verbindlich** nach Überweisung einer **Anzahlung i.H.v. 100 Euro** auf Kto. IBAN: DE19 4005 0150 0135 6237 59 | Sparkasse Münsterland Ost | Petra Hoffknecht.

Die komplette **Seminargebühr (790,-€)** ist bitte bis zum **30. April 2026** zu entrichten.

Die Übernachtungen und die Abendessen zahlst du bequem vor Ort bei der Abreise.

Mindestteilnehmerzahl: fünf Personen.

Mit der Anmeldung erkennt die oder der Teilnehmende die beigefügten Anmeldebedingungen sowie die Hinweise zum Datenschutz an.

**Vortreffen:** Montag, 11. Mai 2026, 19:00 Uhr per Zoom

**An- und Abreise** erfolgen individuell. Fahrgemeinschaften sind möglich.

01.06. - 06.06.2026  
AWARENESS

*Retreat*

## Verantwortlich für das Programm:

### Petra Hoffknecht

Zert. Systemischer Coach,  
freie Journalistin, Dozentin  
Mitglied im Coachingverband  
Coaching Experts Europe

Kontakt: 0179/4578678,  
[petra@hoffknecht.com](mailto:petra@hoffknecht.com),  
[www.petra-hoffknecht.com](http://www.petra-hoffknecht.com)



### Heide Rüther

Zert. Systemischer Coach,  
Familienbiographischer Coach,  
Businesscoach  
Mitglied im Coachingverband  
Coaching Experts Europe  
Kontakt: 0170/4153405,  
[kontakt@mamacoachmitherz.de](mailto:kontakt@mamacoachmitherz.de),  
[www.mamacoachmitherz.de](http://www.mamacoachmitherz.de)



01.06. - 06.06.2026

# AWARENESS

## *Retreat*

## AGBs, Datenschutzhinweise

### Teilnahmegebühr

- Beinhaltet die Kursgebühr, Raumkosten, Mittagsimbiss, Pausengetränke, Snacks, Unterlagen und sämtliche Materialien.
- Bei der Zahlung bitte die Rechnungsnummer und den Namen angeben.
- Die Anmeldung gilt mit Eingang der Anmeldegebühr von 100,-€ als verbindlich. Diese Gebühr ist nicht erstattungsfähig.
- Die volle Teilnahmegebühr ist 30 Tage vor Beginn des Seminars zu überweisen. Eine Ratenzahlung ist nach Absprache möglich.
- Bei einer Anmeldung, die weniger als 30 Tage vor dem Seminar erfolgt, ist die Teilnahmegebühr sofort zu überweisen.

### Rücktritt

- Bis 30 Tage vor Beginn werden 50 % der Teilnahmegebühr berechnet.
- Bei späterem Rücktritt erfolgt keine Erstattung der Teilnahmegebühr.
- Bei Anmeldung eines Ersatzteilnehmers kann ein Rücktritt ohne Gebühren erfolgen.

### Absage des Seminars:

- Ein Seminar kann aufgrund wichtiger Gründe, z. B. Krankheit der Trainerinnen, Unterschreiten der Mindestteilnehmerzahl abgesagt werden.
- Bereits entrichtete Teilnahmegebühren werden unverzüglich in voller Höhe zurückerstattet. Die Anmeldegebühr ist von dieser Regelung ausgeschlossen. Weitere Ansprüche bestehen nicht.
- Wenn ein Seminar aufgrund zu geringer Anmeldungen nicht stattfindet, erfolgt eine Benachrichtigung bis spätestens 7 Tage vor Beginn.

### Schriftliche Einwilligung gemäß Datenschutzgrundverordnung Artikel 6

- Personenbezogenen Daten (u. a. Name, Adresse, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, ggf. Bankverbindung) werden nur erhoben, wenn Du uns diese im Rahmen einer Anmeldung bzw. einer Anfrage freiwillig mitteilst. Bei einem telefonischen Kontakt wird das Einverständnis in die Datenverarbeitung laut DSGVO vorausgesetzt. Die Daten werden im Rahmen des gebuchten Trainingsgeschehens oder der Rechnungsstellung verwendet und um aktuelle Informationen zum Kursgeschehen weiterzuleiten. Alle Daten werden unter Beachtung der DSGVO gespeichert und verarbeitet.
- Darüber hinaus bitten wir Dich um Deine Einwilligung zur Verarbeitung personenbezogener Daten zu weiteren Zwecken. Mit deiner Anmeldung willst du ein, dass dir Heide Rüther oder Petra Hoffknecht Informationen zu Angeboten und Termininformationen zu Seminaren/Vorträgen, sowie Informationen zu neuen Konzepten, Sonderangeboten per Post oder E-Mail zukommen lassen darf.

Deine Einwilligung kann jederzeit in Schriftform widerrufen werden (Post, E-Mail). Hierbei kannst Du einzelne Einwilligungen widerrufen. Der Widerruf wird ab Eingangsdatum für die Zukunft wirksam.

Du bist jederzeit berechtigt, eine Auskunft über die zu Deiner Person gespeicherten Daten abzurufen. Du kannst jederzeit die Berichtigung, Löschung und Sperrung Deiner Daten verlangen.