



Wanderretreat zu Frühlingsbeginn

Ent.scheide Dich!

27.-29. März 2026, im Pilgerhaus – Niederrickenbach NW auf 1163 m.ü.M.

Im **beruflichen** und **privaten** Leben sind wir mit Entscheidungen konfrontiert – mit **Freude** und Motivation aber auch mit **Unsicherheit**, Aversion oder Angst. Eines ist sicher: Wenn du nicht selbst entscheidest, entscheidet das Leben oder jemand anderes für dich.

Das Wort verrät es: **Entscheiden** kommt von scheiden, also **differenzieren**. Es geht um die Wahl zw. **gleichwertigen** Möglichkeiten mit eigenem Potenzial. Doch oft nur eine ist in diesem Moment dein Weg. Entscheiden heißt, **Verantwortung** zu übernehmen: Für das, was du willst, und für das, was du loslässt.

Die **Entscheidungsfindung** ist **vielfältig**. Wir nutzen die Energien der Tagundnachtgleiche – wenn Licht und Dunkel im Gleichgewicht stehen, um die inneren Gegensätze zu balancieren: Kopf und Herz, Zweifel und Vertrauen. So entsteht eine Entscheidung aus **Ruhe, Klarheit und Reife**.

Was du aus diesem Wanderretreat mitnimmst:

- Du wirst sicher und zielführend begleitet, hin zu deinem Wertesystem und Unterscheidungsvermögen
- Du wirst dich über die Folgen deines Entscheides bewusst - mit Pro und Kontra
- Du erkennst, welche inneren Programme deine Entscheidungen lenken – Motivation? Widerstand? ...
- Du findest festen Boden unter den Füßen und lernst, deine Ressourcen bewusst zu nutzen
- Du kommst an den Punkt, an dem du mit Klarheit, Freude und innerer Überzeugung deine Entscheidung treffen kannst.

Die Ziele dieser bewegten Retreat beantwortet folgende Fragen:

- Deine Wann entsteht die Notwendigkeit oder der Wunsch, einen Entschied zu treffen?
- Entscheidungsfindung bewusst vorbereiten: Fakten, Gefühle und Intuition
- Was fördert es? Was hindert es?
- Timing: Wann ist der passende Zeitpunkt für einen Entschied?
- Einen Entschied mit Klarheit und Bewusstheit treffen: Wie verpflichte ich mich dazu?

Dauer: 2.5 Tage

Beginn: Fr. 27.03.2026 um 16 Uhr

Ende: So. 29.03.2026 um 16 Uhr

Kursleitung: Lara Mandioni, Master Dipl. Coaching, Wanderleiterin mit eidg. FA

Kursgebühr: CHF 790.-

Diese Weiterbildung entspricht den Anforderungen der Weiterbildungsordnung des EMR und der ASCA.

Inkludiert: Organisation, Durchführung, Begleitung indoor und outdoor.

Exkludiert: Transfers, Kost und Logis

Das Retreat findet im Seminarraum und wandernd in der Natur statt. Keine Vorkenntnisse nötig.

Im Gepäck:

Matte u/o Decke, passende Kleider für Tätigkeiten im Raum und draussen in der Natur beim Wandern (Wanderschuhe mit gutem Profil), Persönliches für die Übernachtung, Notizmaterial. Die Bewegung in der Natur wird an die Bodenverhältnisse angepasst, es könnte noch Schnee da und dort liegen.

Übernachtung mit Halbpension pro Person:

Im Doppelzimmer zur Doppelbelegung: CHF 240.-

Im Einzelzimmer: CHF 320.-

bitte direkt beim [Pilgerhaus](#) buchen und vor Ort bezahlen. Zimmer sind für dich vorreserviert.

Anmeldung: bis am 26. Februar 2026 unter

<https://www.acumax-kurse.ch/dozenten/Lara-Mandioni/3470>

Gerne gebe ich dir telefonische Auskunft über deine Fragen und Anliegen – 079 253 56 86