



Julietta Haun  
Ganzheitlicher spiritueller Coach  
Gräfelinger Straße 158  
81375 München  
Tel.: 089/700 666 41  
Mobil: 0176/45 50 92 15  
Email: julietta.haun@gmx.de  
Internet: www.julietta-haun.de

## *Achtsamkeitstage in den Bergen im Advent Bio-Naturhotel Grafenast vom 14. bis 17.12.2017*

Die hektische und turbulente Adventszeit ist ideal, Dich an diesen **Kraftort** in die Berge zurückzuziehen, um Dir **Achtsamkeit** und **Aufmerksamkeit** zu schenken – **im Hier und Jetzt** zu sein – den Fokus auf das **wirklich Wichtige** zu richten.

Ein **achtsamer, freundlicher, wertschätzender und bewusster Umgang** mit Dir und anderen wird durch Meditationen, kreativen Elementen, Chanten, hochschwingenden Lichtkristallen, schamanischen Ritualen, Kontakt zur Natur und Achtsamkeitsübungen unterstützt und gefördert.

Achtsamkeit eröffnet Dir einen Weg, es mit den alltäglichen Herausforderungen leichter aufzunehmen, **Burn-out vorzubeugen** und Dein **Wohlbefinden zu verbessern**. Du **kommst bei Dir selbst an, baust Anspannung ab**, wirst **gelassener** und erhältst mehr **Klarheit** über Deinen **Lebensweg**. Die geistige Welt, Natur- und Elementarwesen gestalten und begleiten diesen Workshop wohlwollend und humorvoll mit.

Nach dem Grafenast-Motto „Über den Wipfeln ist Ruh...“ öffnet dieser **Kraftplatz** auf 1.330 Metern mit einem **traumhaften Weitblick** Horizonte und erweitert Dein „Bewusst sein“. Das Hotel öffnet extra für uns – herzlichen Dank. An jedem Tag ist genügend **Zeit für Wellness** in der außergewöhnlichen Waldsauna, einen Streifzug durch die **einzigartige Natur**, eine Pause auf der Terrasse oder in der gemütlichen Teestube. Im Restaurant wirst Du mit **regionaler biologischer „Grüne-Haube-Küche“** verwöhnt. Das Hotel ist prima mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar.

**Termin: 14.12.-17.12.2017**, Beginn 16:30 Uhr; Ende 13:00 Uhr

**Ort:** Bio-Aktiv-Hotel Grafenast, Pillbergstr. 205,  
A-6130 Pill/Schwaz/Tirol

**Preise: Kursgebühr:** 390 Euro

**Unterkunft und Verpflegung:**

Einzelzimmer: Wiese 99 €, Talseite 119 €

Doppelzimmer: Wiese 99 €, Talseite 109 €

jeweils pro Person/ Tag; inklusive Frühstücksbuffet,  
Mittagssnack, Abendessen, Teebar, Panorama Spa  
mit Waldsauna; [www.grafenast.at](http://www.grafenast.at)

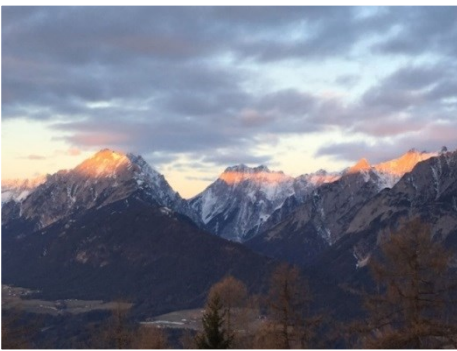


**Bitte wenden**

**Teilnehmer:** Kleine Gruppe mit 6 bis 12 Personen

**Information:** Bei Interesse und Schnee führen wir eine Schneeschuhwanderung durch. Am Wochenende können Alpin-Skifahrer die Bretter anschnallen. Für Bahnreisende: Ab Pill-Vompersbach fährt ein Bergbus bis zum Hotel Frieden; es kann auch ein Sammeltaxi organisiert werden; Fahrt jeweils ca. 25 Minuten. Eine individuelle Coaching-Einheit ist auf Anfrage möglich; Sonderpreis für Teilnehmende: 80,- €/h.

**Anmeldung:** Bitte bis 20.11.2017 unter Angabe Deines Zimmerwunsches auf meiner Homepage [www.julietta-haun.de](http://www.julietta-haun.de).



Du wirst die **Ruhe**, die **Weite** und die **Kraft** der unberührten Natur genießen und nach inspirierenden erholsamen Tagen gestärkt und mit einem **erhöhtem Bewusst-Sein** in den Alltag zurückkehren.

Ich freue mich sehr auf unser „**gemeinsames Sein im Hier und Jetzt**“ in den Bergen.

Julietta



**Julietta Haun, ganzheitlicher spiritueller Coach**

Eine umfangreiche Ausbildung ist die Basis für mein Wirken. Mein breit gefächertes Wissen und meinen reichen Erfahrungsschatz um das Thema Energie- und Heilarbeit gebe ich mit viel Herz und Kompetenz an meine Klienten weiter und begleite sie liebevoll in Veränderungs-, Orientierungs- und Entscheidungsprozessen. Mir ist es ein großes Anliegen Menschen darin zu unterstützen, sich selbst zu finden, eigene Potenziale zu erkennen, zu entfalten und authentisch zu leben. Seit vielen Jahren leite ich erfolgreich Workshops und Seminare mit viel Freude und Lebendigkeit.