

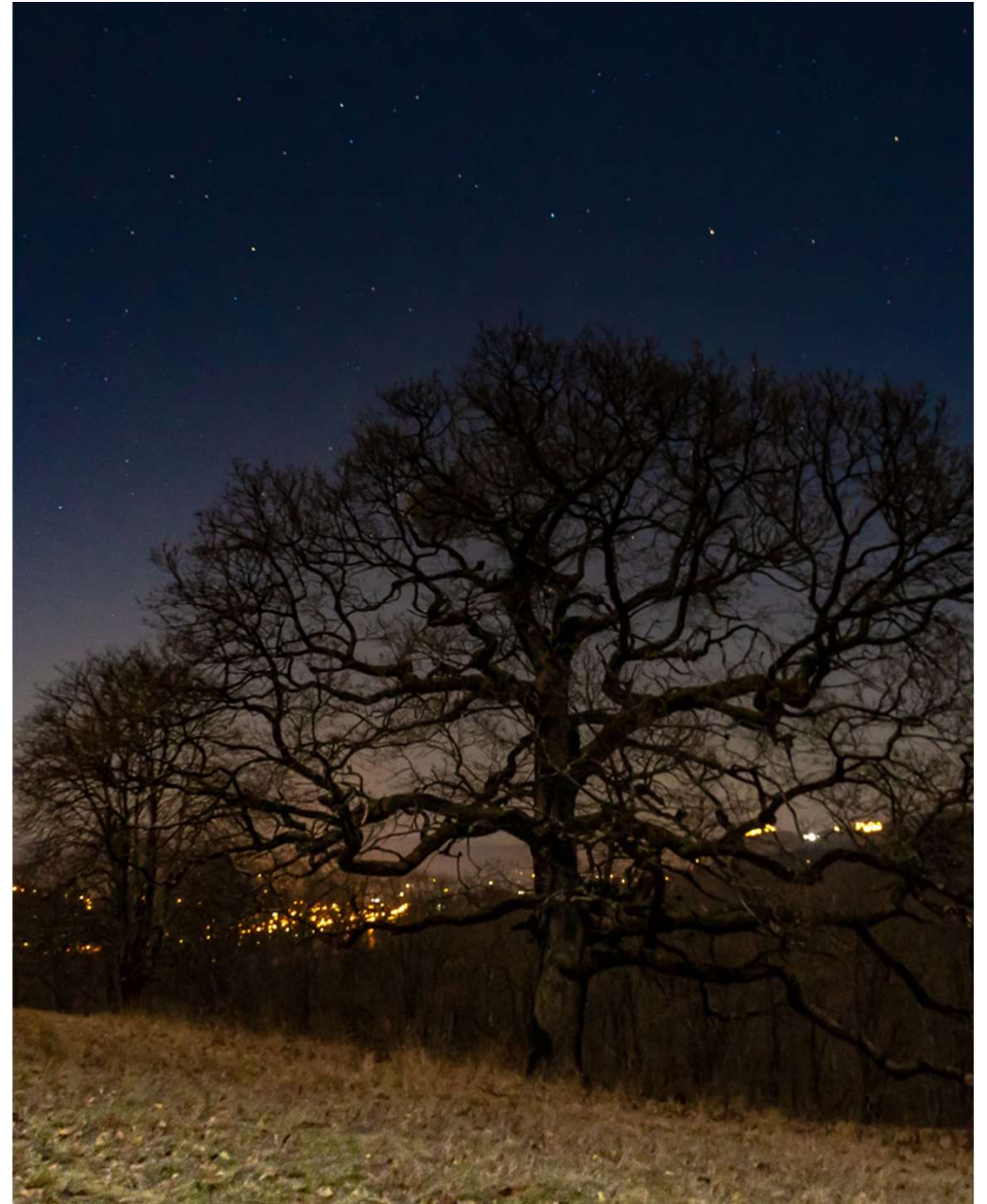
Erdei coaching

- kitekintő utazás éjszakai irányfényben -

Amikor a hagyományos formákban nem jön válasz, amikor úgy érzed, hogy valamit jó lenne teljesen más szemszögből megvizsgálnod, amikor jóval tágabb perspektívát akarsz látni, és a fizikai valóságot intenzíven akarod érezni – akkor ott az éjszakai erdő.

Az erdei coaching erős élmény és újszerű tapasztalati tanulás. Az éjszakai erdő mélyen megmozgat, összekapcsol önmagaddal és a téged foglalkoztató kérdésekkel.

Erre az izgalmas külső és belső utazásra invitállak, amit átlagos fizikai adottsággal is könnyen teljesíthetsz. Együtt kimegyünk a Budapest környéki erdőkbe körülbelül 3-3,5 órára, és 7-10 km-t teszünk meg az általad diktált tempóban.



Időtartam: az erdei coaching egy három lépcsős mini folyamat az alábbi formában:

- első találkozás:
 - fókuszálás - 2 óra
 - éjszakai erdei kintlét – kb. 4 óra utazással
- másnap este: tudatosítás, feldolgozás - 2,5 óra

Létszám: 1-5 fő/csoport

Időpontok: a holdtöltét megelőző 5 és azt követő 2 nap között előre egyeztetve, az időjáráshoz is igazítva

Részvételi díj*:

- egyéni coaching formában: 185.000 Ft/fő
- csoport coaching formában: 550.000 Ft/csoport

* az Áfa-t nem tartalmazza



Kísérőd ezen az utazáson:

Paskuj Iván partner, senior tanácsadó-coach

Több évtizede ezer szállal kötődöm a természethez, az erdőhöz. Különösen izgalmas kihívás számomra az éjszakai erdő által kínált élmény-sokaság.

Amikor eltérve a megszokott ritmustól éjszaka vagyunk aktívak, akkor könnyen megélhetjük azt a csodát, ahogyan az elménk irányító szerepét átveszi valami másfajta erő. Ilyenkor az ösztöneink és a megérzéseink aktivizálódnak. Minden érzékszervünk élesedik, nyitottabbá válunk egy nagyobb egészhez történő kapcsolódásra.

Az éjszakai erdő segít minket, hogy másként láthassunk önmagunkra és a világra, békeesség töltsön el bennünket. Ebben az elbékélt, de éber állapotban sokszor találhatunk újszerű válaszokat a bennünket foglalkoztató fontos kérdésekre.



