



A WOMAN'S (HE)ART

RETREAT AUF KORFU
14. - 19. SEPTEMBER 2024

BY ANN-SOPHIE BÜNTING & ALEXANDRA CHRISTINA BAUER

A WOMAN'S (HE)ART - WAS DICH ERWARTET

Das Retreat für Dein Herz, für Verbundenheit und Weiblichkeit. Erinnere Dich zurück an Deine Essenz, an Dein Vertrauen und Deinen inneren Halt. Denn wenn Herz und Verstand in Einklang sind, ist alles möglich.

IM ÜBERBLICK

- 5 Nächte in der wunderschönen Unterkunft vom Manto Retreat in Pagoi, im Nordwesten der griechischen Insel Korfu
- Vollpension: drei vegetarische Mahlzeiten pro Tag
- Yoga Stunden (Sunrise: Hatha - Sunset: Yin)
- Embodiment Sessions "Feeling with my heart", "Behind the Eye"
- Women Circles mit Kakaozeremonie
- Sound Healings (z.B. mit Crystal Singing Bowls), Reiki und Meditation
- Coachings und Workshops in der Gruppe
- Kunsttherapie in Deiner freien Zeit, wann immer Du willst- die Gegenstände dazu stellen wir Dir bereit
- Entspannung, umgeben von zauberhafter Stille und Natur.
- Wechselnde Gerichte frisch zubereitet mit frischen und regionalen griechischen Zutaten, sonnengeküsst von der Insel Korfu und mit Liebe zubereitet von unserem Chefkoch



A WOMAN'S (HE)ART - THE WOMEN BEHIND



Wir sind Ann-Sophie Bunting und Alexandra Christina Bauer.
Soul Sisters und Herzens-Business Partnerinnen.

Zwei Frauen, eine Mission: safe und sacred spaces für Frauen und ihre Entwicklung zu schaffen, um the divine feminine zu nähren. Wir wollen den Frieden auf Erden stärken, denn wir können die heilige, weibliche Energie auf so viele "kleine und stille" Arten ehren... Wie? Das wird Teil unseres gemeinsamen Herzensprojektes sein: mit den "A woman's (he)art" Retreats.

Ann-Sophie: Reiki Lover

Ich bin geboren und aufgewachsen in Hamburg. 2020 bin ich auf die schöne spanische Insel Gran Canaria ausgewandert. Reiki hat mein Leben so positiv verändert, dass ich es jetzt als Lehrerin mit so vielen Menschen wie möglich teilen möchte. Mein Motto: „Für mich ist das wahr, was ich selbst erlebt habe und selbst fühlen kann.“ Das was ich fühlen kann, hat sich nach meinen Reiki Ausbildungen vervielfacht! Ich möchte, dass Frauen verstehen, dass alle Kraft und Energie dieser Welt bereits in ihnen liegt und sie diese für sich nutzen können!

Alexandra: Hippie Revoluzzer Soul

Seit 2016 führe ich meine Praxis für Psychotherapie und holistisches Life Coaching in München und leite das Grow With Your Flow® Coaching Institut. 2019 habe ich die "Sisterhood Circles" ins Leben gerufen und damit moderne Spiritualität nach München gebracht. In meiner Arbeit dreht sich Vieles um die weibliche Energie, vermutlich weil ich selbst lange Zeit unter der Schwesternwunde gelitten habe.

A WOMAN'S (HE)ART - THE IDEA BEHIND

2021 hat Alexandra das erfolgreiche Mentoring-Programm gestartet:
"A woman's (he)art. For the woman who creates art with her heart."

Die Vision ist, sich wieder mit dem eigenen Herzen zu verbinden.

Hinein zu hören,:

- Was will mein Herz mir sagen?
- Was will gelebt und gefühlt werden?
- Welche Herzenswünsche habe ich zu lange zum Schweigen gebracht?

Es geht darum, sich gegenseitig unter Frauen zu inspirieren und ermutigen, diesen Herzensweg zu gehen.



Wir möchten Frauen auf eine spirituelle, magische und erdende Reise zu sich selbst einladen.

Umgeben von wunderschöner Natur, fernab von Lärm und Reizüberflutung.

Let's create art with our hearts.



A WOMAN'S (HE)ART GOES CORFU.

Alexandra hat in der Schule alt-griechisch gelernt und sogar Abitur darin geschrieben. Schon damals verlor sie ihr Herz an die griechische Mythologie, an Land und Leute. Die GriechInnen sind gütige und sehr warmherzige Menschen.

Bei unserem Albanien-Urlaub 2023 konnten wir uns auf einem Tagestripp gemeinsam von der Schönheit Korfus überzeugen.

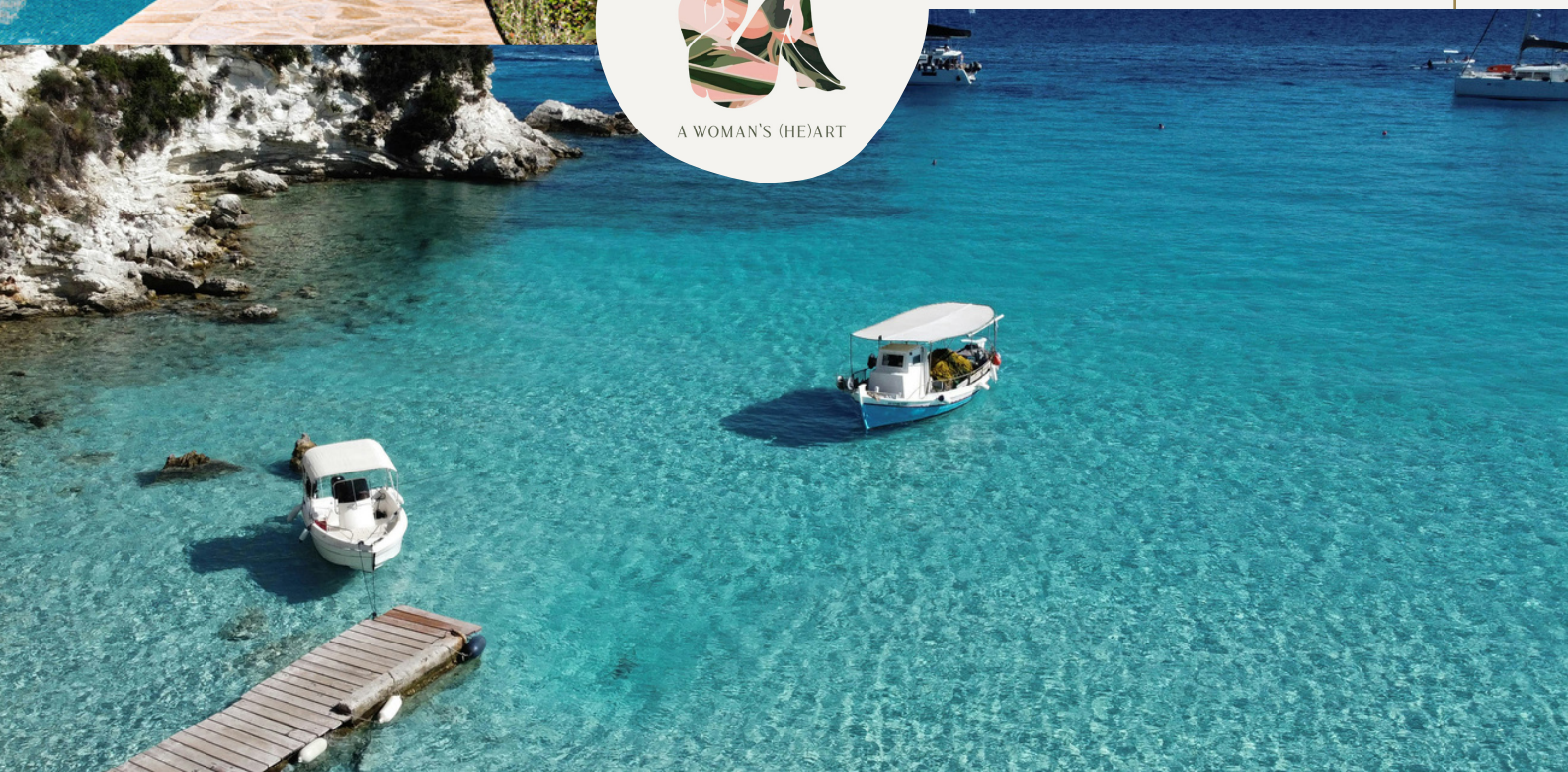
Wir möchten Dir die Liebe und Warmherzigkeit Griechenlands näher bringen - der perfekte Ort to create art with our hearts.



Das Meer scheint in Griechenland einfach nochmal mit einem tieferen Blau zu schimmern, das Essen und die Geschmäcker wirken intensiver, das Lächeln der Menschen ist ansteckend und wärmt direkt das Herz...

Wir sind Fans von "Hellas" = Griechenland und möchten dich ebenso davon begeistern.

Bist du bereit?



A WOMAN'S (HE)ART - DIE UNTERKUNFT

Offenes Galeriezimmer - Zweierbelegung

Auf Wunsch kann auf eine Belegung mit einer Freundin/ Schwester gebucht werden. Bitte bei der Buchung direkt Bescheid geben.

Das großzügige Galeriezimmer befindet sich im ersten Stock des Hauses und ist mit 2 Einzelbetten und einem wunderschönen Panoramablick ausgestattet.

Das Galeriezimmer teilt sich ein Badezimmer -ausgestattet mit Dusche und Badewanne - mit dem Doppelzimmer im ersten Stock.

Preis im Zimmer pro Person
für das Retreat: 1.500 €



A WOMAN'S (HE)ART - DIE UNTERKUNFT

Tiny Houses zur Zweierbelegung

Zweierbelegung (mit Freundin/ Schwester oder einer anderen tollen Frau. Come as strangers, leave as friends).

Diese separaten Tiny Houses mit eigenem Bad und Kitchenette sind unterhalb vom Haupthaus und haben jeweils einen schönen kleinen Gartenbereich vor der Tür. Ideal, um sich zurückzuziehen und in Ruhe ein Buch zu lesen oder zu meditieren.

Die Tiny Houses verfügen jeweils über eine Klimaanlage.

Preis im tiny house pro Person für das Retreat: 1.700 €



A WOMAN'S (HE)ART - DIE UNTERKUNFT

Doppelzimmer zur Doppelbelegung

Die gemütlichen Doppelzimmer im Haupthaus befinden sich im Erdgeschoss (Doppelbett) mit Terrasse und im ersten Stock (zwei Einzelbetten).

Die Räume teilen sich auf jeder Ebene das Badezimmer mit einer oder zwei weiteren Teilnehmerinnen:

Im ersten Stock (Bad mit Dusche & Badewanne) mit zwei weiteren Teilnehmerinnen, im Erdgeschoss (Bad mit Dusche) mit einer weiteren Teilnehmerin.

Preis pro Person im Doppelzimmer für das Retreat: 1.900 €

Bilder vom Doppelzimmer im Erdgeschoss:



Bilder vom Doppelzimmer im ersten Stock:



A WOMAN'S (HE)ART - DIE UNTERKUNFT

Einzelzimmer - ganz privat und ruhig

Das großzügige und helle Einzelzimmer im Haupthaus befindet sich im Erdgeschoss und hat eine einladende Terrasse mit Zugang zum Pool und Garten.

Das Einzelzimmer teilt sich im Erdgeschoss das Badezimmer mit zwei weiteren Teilnehmerinnen.

Preis im Einzelzimmer für das Retreat: 2.200 €



WIR FREUEN UNS
AUF DICH!

