

# "KRAFT TANKEN IM NATIONALPARK HAINICH"

**Im Herzen der Natur erwartet dich eine  
bewusste Auszeit im Waldresort Hainich –  
umgeben von der kraftvollen Stille des  
Nationalparks**

## **Was dich erwartet**

Ein ganzheitliches Wochenende für Körper, Geist  
und Seele:

- Sanftes Yoga
- Qigong zur Aktivierung deiner Lebensenergie
- Tiefenentspannende Klangmeditation
- Waldauszeit – achtsam in die Natur eintauchen
- Geführte Meditationen & Achtsamkeitsübungen

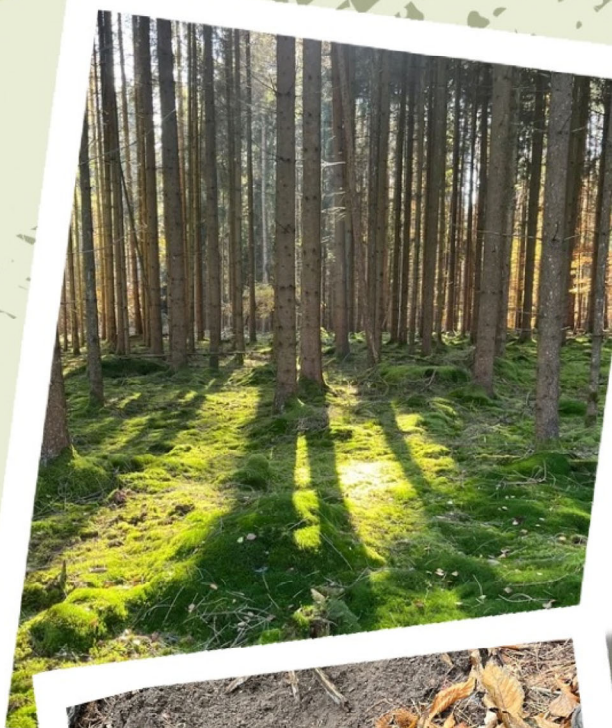
## **Ideal für dich, wenn du ...**

- dir eine bewusste Pause vom Alltag wünschst
- Stress loslassen und neue Energie tanken möchtest
- die Verbindung zur Natur vertiefen willst
- einfach mal wieder bei dir selbst ankommen möchtest

## **Unterkunft & Verpflegung**

- 2 Übernachtungen im Waldresort
- Vollverpflegung (mittags Lunchpaket)
- Ruhige Umgebung mitten in der Natur
- alle Aktivitäten inklusive

**DEINE INVESTITION IN DICH  
BEI ANMELDUNG BIS 30.05.2026 449 €  
AB 01.06.2026 499 €**



**DEINE AUSZEIT BEGINNT HIER  
WENIGER LÄRM. MEHR STILLE.  
WENIGER TUN. MEHR SEIN.**

**Termine:**

18.09.26 15:00 Uhr bis 20.09.26 15:00 Uhr  
04.06.27 15:00 Uhr bis 06.06.27 15:00 Uhr  
10.09.27 15:00 Uhr bis 12.09.27 15:00 Uhr

**Veranstaltungsort:**

Waldresort Hainich - Am Nationalpark  
Am Hainich 11, 99991 Unstut-Hainich

**Deine Begleiterinnen:**

**Annette Neeß**

schafft Räume, in denen du durch Natur, Bewegung und Achtsamkeit wieder bei dir ankommen kannst.

**Nadine Sharma**

ist es eine Herzensangelegenheit, Menschen in ihrem persönlichen Entwicklungsprozess zu unterstützen, ihnen Möglichkeiten und Wege aufzuzeigen, mit Hilfe von Yoga, Klängen, Human Design, Massagen... wieder in ihre Kraft und Energie zu kommen.

**Anmeldung bitte bis spätestens 15.07.2026**

Annette Neeß

Tel./WhatsApp: 0151/10632794

Email: annette.neess@web.de

Instagram: @neessannette

