

Longevity Seminar

13.03. - 15.03.26

**Entdecke, wie erfülltes, gesundes
und kraftvolles Altern wirklich aussieht!**

Referenten



Im exklusiven Longevity-Seminar „**Abenteuer Leben – Seele lächle**“ lernst Du, wie **bewusste Ernährung, sanfte Bewegung** und **alltagstaugliche Routinen** Deine Vitalität und Lebensfreude nachhaltig stärken – **in jedem Alter.**

Freu Dich auf **inspirierende Impulse, Atem- und Meditations-sessions, Bewegung** an der frischen Luft und ein **professionelles Fotoshooting**, das Dein inneres Strahlen sichtbar macht.

Berthold Porath

Systemischer Trainer und Coach und Buchautor. In seinen Vorträgen und Workshops verbindet er **praxisnahe** Methoden mit einem feinen Gespür für Menschen, Dynamiken und nachhaltige Entwicklung. Sein Fokus liegt darauf, **neue Perspektiven** zu eröffnen und **Veränderungsprozesse** wirksam zu begleiten.

Barbara Bucher

Fotografin, Aroma-Expertin und Human-Design-Beraterin. Sie verbindet **visuelle Ästhetik** mit feinem Gespür für Persönlichkeit, Energie und Wirkung – und begleitet Menschen dabei, sich **authentisch** zu zeigen und ihr **Potenzial** bewusst zu **entfalten**.



Höchsten
NATUR ERLEBNIS HOTEL

SEELE lächle
Abenteuer Leben

Jetzt reservieren unter:

+49 7555 92100 | info@hoechsten.de



Seminarinhalte

Zeit für dich

2 **Übernachtungen** in der gewählten Kategorie,
inklusive unserem reichhaltigem **Frühstücksbuffet**
gesundes 2-Gang **Mittag-** und 4-Gang **Abendessen**
Kaffee, Tee, Wasser während der Vorträge und hausgemachte
Kuchen zur Kaffeepause am Nachmittag

- Tägliche Morgen- und Atem-Meditation mit Berthold Porath
- Morgendliches Yoga mit einer Yoga-Trainerin
- Gemeinsames Bewegen an der frischen Luft mit Berthold Porath
- Erlernen eines gesunden Ernährungsmusters mit einer Ernährungsberaterin
- Entspannungsübungen für einen gesunden Schlaf mit Berthold Porath
- Professionelles Fotoshooting „Mach Dein ureigenes Strahlen wieder sichtbar“ mit Barbara Bucher
- „Mehr als nur ein Duft“ – Über die Wirkung von ätherischen Ölen mit Barbara Bucher
- Strategien zur Umsetzung in den Alltag und nachhaltigem Erfolg mit Berthold Porath
- Führung durch den Kräuter-, Duft- und Heilpflanzengarten mit Hans-Peter Kleemann

Freie Nutzung von Sauna, Infrarotkabine und Dampfbad

ab 667,00 Euro pro Person im Doppelzimmer

Einzelzimmer Zuschlag 25/35 Euro pro Nacht, je nach Kategorie

auch für Paare geeignet

Jetzt reservieren unter:

+49 7555 92100 | info@hoechsten.de