



4 Tage | 18.-21.09.2025

BT RE:SOURCE

Retreat

→ JETZT ANMELDEN





RE:SOURCE
YOUR
OWN

RE:OWN YOUR WAY

RE: SOURCE

erkenne was
dich wirklich
nährt

–

Besinne dich
auf deine
eigene

Quelle



RETREAT

Details

18. – 21.09.2025

DER LEBENSKOMPASS

Mit dem Kompass wagen wir den Deep Dive in unsere Vergangenheit, um im Hier und Jetzt alte Thematiken zu durchschauen und uns davon zu befreien.

DIE 3 PHASEN DER WANDLUNG

Innerhalb der 3 Phasen transformieren wir in der Tiefe unseres Wesens, um unseren eigenen Rhythmus zu erkennen und neue Bewusstseinssebenen zu betreten.

5 ELEMENTAREN SÄULEN

Durch die Säulen Körper, Geist, Natur und Mitmenschen – und in Verbindung mit den Elementen – gestalten wir unser Leben bewusst, nachhaltig und im Einklang mit uns selbst und der Welt.

www.BT-BetterTogether.com

RETREAT



Programm

Donnerstag – Ankommen & Einstimmen

ab 15 Uhr: Check-In mit Bezug der Zimmer, gemütliches Ankommen und erste Eindrücke sammeln

17 Uhr: **Get Together** – BT Kennenlernen

Entdecke unseren Lebenskompass, die 3 Phasen der Wandlung und die 5 elementaren Säulen

18:30 Uhr: gemeinsames Abendessen

20 Uhr: **Eröffnung des Retreats**

Einstimmen auf den eigenen Lightway

Freitag – Körper & Lebensrad

8:30 Uhr: gemeinsames Frühstück

9:30 Uhr: **Body Movement Session**

In den Körper eintauchen, dich fühlen und bewegen

10 Uhr: **Phase 1 – Dein Standplatz im Lebensrad**

Runenkräfte & Symbolarbeit als persönliche Wegweiser

12:30 Uhr: gemeinsames Mittagessen

15 Uhr: **Prozessbegleitung durch das Lebensrad**

Tiefere Arbeit an deinem persönlichen Entwicklungsfeld

18:30Uhr gemeinsames Abendessen

20 Uhr (optional) **Ritualabend** – je nach Gruppenenergie

RETREAT



Programm

Samstag – Schöpfung & Flow

8:30 Uhr: gemeinsames Frühstück

9:30 Uhr: **Phase 2: Wahrnehmung & Schöpfung**

kreatives Aufstellungsfeld mit archetypischen Energien

12:30 Uhr: gemeinsames Mittagessen

15 Uhr: **Phase 3: Gruppenhealing – “Get your FLOW”**

Kollektive Energiearbeit & Flowaktivierung mit Roger

18:30 Uhr gemeinsames Abendessen

20 Uhr **Kakaozeremonie**

Herzöffnung-Verbindung-Präsenz

Sonntag – Integration & Abschied

8:30 Uhr: gemeinsames Frühstück

9:30 Uhr: **Abschlussrunde**

Schließen der Retreat-Tore

Teilen – Dank – Integration

12 Uhr: Checkout & Heimreise

Wir behalten uns Änderungen des Programms vor, um individuell und intuitiv auf die einzelnen Teilnehmer:innen sowie die Gruppendynamik einzugehen.

Deine Wegbegleiter

AUF DEINEM PERSÖNLICHEN
LIGHTWAY



Claudia Tienes
claudiatienes.com

Sonja Heiniger
einssein.ch

Roger Graber
soulcontact.ch

Du stärkst deine Verbindung zu dir
selbst, aktivierst deine inneren
Ressourcen und gewinnst
Klarheit über deinen
eigenen Weg!

www.BT-BetterTogether.com

