

**Maria und Bernhard Löbl**

Ganzheitliches Coaching, certified Pranic Healing®



- Einzelsitzungen
- Paarberatung
- Seminare
- Aufstellung
- Pranic Healing
- Rückführung
- Hypnose
- Spirituelle Reisen
- Lebensberatung
- Schamanische Seelenrückholung
- Ausbildung



## Bewußte Reise ans Meer vom 8.9. bis 15.9.2024

### Heilsame Gemeinschaft - Leichtigkeit leben



**Hallo Du Liebe\*r,**

endlich ist es wieder soweit. Unsere beliebte "bewusste Reise" ist jetzt komplett geplant.

**Unser diesjähriges Thema ist: "Leichtigkeit leben".**

Wir beschäftigen uns in dieser Reise besonders mit dem Element Luft. Dieses Element Luft, an unserem bezaubernden Platz, in luftiger Höhe mit dem gigantischen Ausblick, zur Genüge gespürt werden kann, lehrt uns, den Überblick zu bewahren und ohne Bewertung zu beobachten. Dazu werden wir verschiedene Achtsamkeitsübungen machen. Wir entdecken voller Neugierde die Insel Cres, die ganz atemberaubende Aussichtspunkte zu den Inseln ringsherum bietet. Außerdem möchten wir mit Dir auch den höchsten Berg Istriens erklimmen. Mit etwas Glück haben wir von dort einen wunderschönen Blick bis zum Meer und Venedig. Eine der schönsten Städte Istriens, Opatija mit seinen imposanten Villen aus der K&K Zeit, steht ebenfalls auf dem Programm. Ja, und dann lassen wir es uns in der Villa ebenso wie am Meer einfach gut gehen und die Seele baumeln.

Wir sind unendlich dankbar darüber, dass wir dieses wunderschöne Paradies schaffen durften und so auf unsere Art dazu beitragen, Menschen wieder in Verbindung zu bringen, zu sich selbst, zu anderen Menschen und zur Mutter Erde. Jetzt möchten wir mit vielen Menschen immer wieder dorthin reisen, sie ins Fließen bringen, Leichtigkeit leben, Blockaden lösen, Heilimpulse geben, Weiterentwicklung fördern und erinnern wer sie WIRKLICH sind.

### **Hast Du dazu Lust?**

**Hast Du auch wieder Lust auf Gemeinschaft, Leichtigkeit, viel Freude, Freiheit, gemeinsam entdecken, meditieren, kochen, singen, tanzen und Mee(h)r?**

**Hast Du Lust auf ein luxuriöses, heilsames Ambiente und eine wunderschöne Umgebung?**

**Hast Du Lust auf Ruhe und Erholung - einfach Lust auf Urlaub?**

Oft bekommen wir die Rückmeldung, dass allein schon dieser bezaubernde Platz dazu beiträgt sehr schnell zu sich zu kommen. Wirklich jedes Mal, wenn wir mit einer Gruppe vor Ort sind, fällt der Abschied schwer, es gibt Tränen und viele kommen tatsächlich bald wieder, um wieder in die heilende Energie dieses Platzes einzutauchen. Es ist faszinierend zu beobachten, wie schnell ein liebevolles Miteinander entsteht und tiefe Gespräche ganz normal sind. Miteinander zu sein ist so nährend.

Wir möchten mit Dir eintauchen in so manche Schönheit dieses wundervollen Landstrichs - Wandern, besondere spirituelle Orte besuchen, spüren und entdecken...

**Lass Dich also mitnehmen in...**

**... eine Reise in die Leichtigkeit, in die Freude, in den Genuss, in die Ruhe und Erholung, in die Liebe zu Dir selbst und zur Natur Istriens...**

... eine Reise in unsere 5 Sterne-"Villa Ananda" mit phantastischem Meerblick. Ananda bedeutet vollkommene Glückseligkeit - und genau dieses Gefühl verspürten wir bei der Auswahl dieses Standortes für unser Ferien- und Seminarhaus - kein anderer Platz hat uns so sehr berührt. Lass Dich verzaubern...

Wir möchten hiermit alle ansprechen, die gerne eine bewusste Reise mit Gleichgesinnten machen möchten. Menschen, die diesen bezaubernden Ort und die einzigartige Aussicht genießen möchten. Menschen, die es mögen in der Natur zu sein und ihre wunderbare Schönheit entdecken möchten. Menschen, die Ruhe und Kraft schöpfen möchten. Menschen, die gerne auch mal zusammen mit anderen genießen, lachen, meditieren, singen, entdecken, wandern, baden, träumen....möchten.



## **Die Reise findet vom Sonntag 8. September bis Sonntag 15. September 2024 statt.**

Zur Reise selbst:

Für Dich haben wir ein abwechslungsreiches Programm zusammengestellt. Sehr gerne bringen wir Dir die Schönheit Istriens mit Tagesausflügen näher. Wir sammeln u.a. duftende, wilde, einheimische Kräuter und machen daraus "Ananda-Kräutersalz" (das Salz der Glückseligkeit 😊).

Zwischendurch gibt es immer wieder freie Zeit, in der Du am Pool in der Villa relaxen und den Blick über das Meer genießen kannst. Natürlich gehen wir auch gerne zum Baden ans Meer und lassen uns im Cafe einen leckeren Cafe Latte Panna 😊 oder ein Eis schmecken.

Unsere Ausflüge:

Gemeinsam spüren wir die Kraft des Elements Luft. Wir wandern auf dem Weg von der Villa aus bis zum Meer. Dieser Weg ist gesäumt von duftenden Wildkräutern und wir genießen den atemberaubenden Blick bis zum Meer. Diese Wanderung wird eine Schweigewanderung sein, in der wir Euch Impulse für den Alltag geben und mit Atemübungen unsere Achtsamkeit trainieren. Beim Rückweg werden wir die vielen duftenden Wildkräuter für unser Ananda- Kräutersalz sammeln.





Wir wandern gemeinsam den höchsten Berg Istriens, Vojak, durch den ursprünglichen Nationalpark Učka hoch. Es ist ein naturgeschützter Park mit Wildtieren wie Bären, Wölfen, Adlern und Luchsen. Oben angekommen genießen wir den gigantischen Blick über Istrien bis zum Meer und Venedig. Natürlich gibt es dort noch eine schöne Einkehrmöglichkeit, die wir uns nicht entgehen lassen.



Die Insel Cres ist eine sehr ursprüngliche, fast archaische Insel mit ganz alten Dörfern. Dort leben die riesigen Gänsegeier, die wir beobachten können, wie sie majestätisch über uns kreisen. Wir werden einen Künstler besuchen, der wunderschöne Skulpturen und allerlei anderes aus Holz zaubert. Auch das kleine Städtchen Cres mit seinen kleinen Lädchen und Cafes ist eine Reise wert.



Opatija liegt direkt an der Kvarner Bucht. Der Kurort ist von einer üppigen Vegetation umgeben. Besonders schön dort sind die zauberhaft angelegten Parks. Prunkvolle alte Villen aus der K&K Zeit prägen das Stadtbild. In einem Cafe am Meer zu sitzen, wo einst Sissi flanierte, hat etwas ganz Besonderes.



Alle diese Ausflüge sind nicht zu anstrengend. Bitte bringe einen Rucksack und festes Schuhwerk (evtl. Walkingstöcke) mit, da in Istrien manche Gegenden steinig sind.

### **Unser Tag:**



Morgens werden wir von einem bezaubernden Sonnenaufgang geweckt. Anschließend machen wir Körperübungen und Meditationen, die uns wieder in Verbindung mit unserer Kraft bringen. Mit Freude zeigen wir Dir auch verschiedene Atemübungen, um wieder in Fluß zu kommen.

Silvio bereitet für uns ein wunderbares, reichhaltiges Brunch vor (es ist ein privates Angebot von ihm und kostet 125€ für die ganze Woche - Bitte

direkt vor Ort am Montag an Silvio bezahlen).

Tagsüber Ausflüge oder Zeit für Dich.

Mittags darf sich jede\*r nach Herzenslust mit einem Snack versorgen. Erfahrungsgemäß ist immer genügend vom Frühstück übrig.

Für das Abendessen kaufen wir gemeinsam ein (z.B. auf dem istrischen Bauern- und Fischmarkt) und kochen dann miteinander. Es macht total Spaß zusammen ein tolles Essen zu zaubern. Das Essensgeld wird zum Schluss auf alle aufgeteilt (inzwischen ca. 60€/Person/Woche). Ab und zu gehen wir abends zum Essen. (Restaurant- Cafebesuche sind selbst zu bezahlen)

Danach werden wir, wenn du willst, auch mal mit freiem Tanz oder Schüttelübungen unseren Körper spüren. Oft lösen sich dadurch alte Blockaden. Auch bei einem Singabend, begleitet von Bernhard mit seiner Gitarre, kannst du die heilsame und harmonisierende Wirkung der Musik spüren. Sehr gerne darfst Du auch einfach nur der Musik lauschen oder Dein eigenes Instrument mitbringen und mitspielen.

Wie immer ist jedes Angebot absolut freiwillig und Du darfst liebevoll für Dich sorgen und frei entscheiden was für Dich stimmig ist. Frei nach dem Motto: "Alles kann, nichts muss"

Die Panoramasauna mit Blick aufs Meer hilft Dir beim Reinigen Deines Systems und schenkt Wohlfühlmomente (Bitte Bademantel mitbringen).

Für die liebevolle und achtsame Begleitung die Woche über und das vielfältige Programmangebot mit Körperübungen, Meditationen, Singen, Tanzen, Wanderungen und Ausflügen gilt eine Pauschale von 390.-€. Ausgenommen sind Eintritte bzw. Schifffahrt (ca. 30€), Restaurant- und Cafebesuche, Spritkosten.

**Ablauf und Zeit:** Kann je nach Wetter oder den Bedürfnissen der Gruppe variiert werden.

Sonntag: 16.00 Uhr Ankunft, Zimmer beziehen, Umgebung erkunden  
18.00 Uhr Abendessen  
20.00 Uhr Willkommenskreis im Seminarhaus

Montag: 8.30 Uhr Körperübungen/Yoga und Meditation  
9.30 Uhr Frühstücksbrunch  
Schweigewanderung zum Meer mit anschließender Möglichkeit zu baden, ins Cafe gehen und beim Heimweg Kräuter sammeln für die Herstellung von Kräutersalz  
Abends gemeinsames Kochen und Abendessen  
Gemeinsames Singen heilsamer Lieder

Dienstag: 8.00 Uhr Körperübungen/Yoga, Meditation  
9.00 Uhr Frühstücksbrunch  
10.00 Uhr Abfahrt zur Fähre nach Cres  
Abends: gemeinsam Kochen, gemütliches Beisammensein

Mittwoch: 8.30 Uhr Körperübungen/Yoga, Meditation

9.30 Uhr Frühstücksbrunch

Tag zur freien Verfügung, Möglichkeit zum Relaxen in der Villa, baden, lesen oder Spaziergang zum Meer....

ca. 18.00 Uhr gemeinsam Kochen und Essen

20.30 Uhr freies Tanzen im Seminarhaus

Donnerstag: 8.30 Uhr Körperübungen/Yoga, Meditation

9.30 Uhr Frühstücksbrunch

ca. 11.00 Uhr Wir fahren gemeinsam zum Ucka. Von dort startet unsere Wanderung zum Vojak

Freitag: 8.30 Uhr Körperübungen/Yoga, Meditation

9.30 Uhr Frühstücksbrunch

Zeit zur freien Verfügung, baden am Pool, lesen, relaxen...

Nachmittags: Wir besichtigen das schöne Städtchen Opatija und gehen dort abends zum Essen

Samstag: 8.30 Uhr Körperübungen/Yoga, Meditation

9.30 Uhr Frühstücksbrunch

Zeit zur freien Verfügung, baden am Pool, relaxen, lesen, zum Meer gehen, Cafebesuch...

Kräutersalz herstellen

Abend: Wir feiern gemeinsam unser Abschlußfest mit Grillen, Musik und Tanz

Sonntag: 8.00 Frühstück

Abschlussrunde, Abschied nehmen

bis 10.00 Abreise

Die Villa:

Unser Haus ist liebevoll und hochwertig eingerichtet. Viele Möbel wurden eigens für dieses Haus designt und von Hand gebaut. Im Wohnzimmer findest Du ein großes Panoramafenster, in dem du gemütlich sitzen und die Schiffe beobachten kannst. Die Zimmer sind den 4 Elementen zugeordnet, mit Bildern der Künstlerinnen Marion Friedsam ([www.marion-friedsam.de](http://www.marion-friedsam.de)), Jutta Lorenz ([www.juttalorenz.de](http://www.juttalorenz.de)), Patricia Joyner ([www.joyou-artwork.de](http://www.joyou-artwork.de)) und Sandra Dengler ([www.wunder-der-seele.de](http://www.wunder-der-seele.de)) energetisiert und mit handgefertigten Heilsteinlampen aus Achat und Naturholzmöbeln ausgestattet.



Weitere Infos zum Haus kannst du bitte auf unserer Homepage lesen:  
[www.villa-ananda-istria.com](http://www.villa-ananda-istria.com)

Untergebracht bist du in absolut zauberhaft gestalteten Zimmern. Allein die Energie dort wirkt heilsam auf Körper, Geist und Seele. Spüre in dich hinein und entscheide selbst, welche Raumqualität du brauchst und dich am meisten anspricht:

	<p><b>Erde-Zimmer</b>  Standfestigkeit und Zuverlässigkeit,  für 2 Personen, je 380€/P</p>
	<p><b>Feuer-Zimmer</b>  Zielstrebigkeit und Führungsqualitäten,  für 3 Personen je 390€, bei 2 Personen je 440€</p>
	<p><b>Wasser-Zimmer</b>  Tiefe und Emotionalität,  für 2 Personen, je 420€/P</p>
	<p><b>Luft-Zimmer</b>  Veränderung und Kommunikation  bei 4 Personen je 300€/P  bei 2 Personen je 350€/P</p>
	<p><b>4-Elemente-Zimmer</b>  2 Personen, je 460€/P</p>

Jedes Zimmer hat ein eigenes Bad.

Mehr Infos und Bilder unter [www.villa-ananda-istria.com](http://www.villa-ananda-istria.com)

Anfahrt:

Die Anfahrtskosten übernimmt jede\*r selbst. Meistens werden Fahrgemeinschaften gemacht und Du kannst uns gerne Deine E-mail



Adresse weitergeben, damit du Dich mit Mitreisenden absprechen kannst. Die Einreise nach Istrien ist inzwischen sehr unproblematisch, wir werden normalerweise an der Grenze nicht mehr kontrolliert 😊, jedoch ist es wichtig einen Personalausweis mitzubringen. Inzwischen gibt es in Istrien die Euros!!

Hier noch ein paar persönliche Kommentare von Teilnehmern:



"Liebe Maria, lieber Bernhard,  
der Name eures Seminarhauses „Ananda“ - hält was er verspricht ❤️ -  
Glückseligkeit habe ich an diesem beZAUBERnden 🧑🏻‍🌾 Ort gespürt. Natur PUR erlebt  
🌻🍃🦋🍷🍷  
Ich habe mich noch nie so wohl und zu Hause gefühlt, wie in eurem traumhaften  
Resort. Schönheit, Ästhetik und ganz viel Liebe ❤️ zum Detail sind hier sicht- und  
fühlbar. Ihr habt hier etwas ganz besonderes geschaffen 🙏😊 Ines überraschte  
uns täglich mit einem herrlichen Frühstücksbuffet.  
Die bewusste Reise, die ihr beide mit ganz viel Herz, Spirit und Achtsamkeit  
gestaltet habt, verspricht Wohlfühlen mit allen Sinnen und ist Balsam für die Seele  
😊. Ich hoffe, dass ich mir die Energie und Lebensfreude, die ich an diesem Ort mit  
all diesen wunderbaren Menschen gespürt habe, noch lange bewahren kann 😊.  
Danke von Herzen euch beiden 🙏😊🧑🏻‍🌾🍷🍷  
Ich komm wieder - keine Frage 🍷🍷🍷"

"Ich bin sehr dankbar für diese Woche mit euch und allen anderen in eurer Villa. All das, das  
ich auf dieser Homepage gelesen und gesehen habe, über euch, über eure Ideen, über eure  
Reise, eure Villa, habe ich noch schöner, intensiver, energievoller bei euch und mit euch  
sehen, spüren, erleben und genießen dürfen. Ich kann nur jedem empfehlen, in die Energie  
eurer Villa einzutauchen um das Gefühl von Glückseligkeit zu erfahren.

"Es war eine meiner schönsten Geburtstage meines Lebens. Ich bin so dankbar"

"Ich habe noch nie in meinem Leben so viel gelacht"

"Es war die schönste Woche meines Lebens"

**Willst du auch eine unvergessliche, zauberhafte  
Woche in unserer Traumvilla erleben?**

*Wir werden nur max. 12 Personen zu dieser Reise mitnehmen, deshalb melde Dich schnell per E-Mail an (bis spätestens zum 31.03.2024). Bei Fragen: 09463/1458*

Wir freuen uns dich in der "Villa Ananda" begrüßen zu dürfen.

Herzliche Grüße



Maria und Bernhard  
... und Guschl unser "Hausdrache" 😊



**Lust auf Meer?**



Wer unseren Newsletter nicht mehr erhalten mag, sende uns bitte eine kurze mail.