

ENERGY DAY IN DER SCHWEIZ

**Ein Tag für Klarheit, Präsenz
und innere Stärke**

Ein bewusster Tag in der Natur für Menschen, die viel Verantwortung tragen – beruflich oder persönlich – und ihre eigene Energie nicht länger ignorieren wollen.

Der **Energy Day** schafft Raum für Regeneration, ehrliche Selbstwahrnehmung und neue Klarheit. Ohne Leistungsdruck. Ohne Rollen. Dafür mit Präsenz, Natur und Zeit.

Sonntag, 6.6.2026

Anreise am 5.6.2026,
gemeinsames Abendessen fakultativ
CHF/EUR 229.–
exkl. Hotel und Anreise

**im
KneippGarten
Gisikon LU**

**Ein Tag für
Menschen,
die bewusst
führen –
sich selbst
und andere.**

Klare, professionelle Begleitung durch:

Karin Schürmann

Founder Passion Leader

Heidi Hangarter

Frequenz Mentoring



ENERGY DAY IN DER SCHWEIZ

Ein Tag für Klarheit, Präsenz und innere Stärke

Regeneration, Präsenz und nachhaltige Energie

In kraftvoller Umgebung entsteht Abstand zum Alltag.
Gedanken dürfen ruhiger werden. Entscheidungen klarer.
Energie wieder spürbar – nicht als Push, sondern als stabile
Grundlage für Wirksamkeit und Führung.

Dein Mehrwert als Teilnehmende:r

- Impulse nach Passion Leader
- mentale Frische und neue Klarheit
- gestärkter Fokus und innere Präsenz
- bewusster Umgang mit eigener Energie
- Raum für Reflexion und Perspektivenwechsel
- Impulse für Entscheidungsstärke und Resilienz
- Austausch auf Augenhöhe, ohne Inszenierung

Erlebnis & Methodik

- naturbasierte Reflexion im Kneipp-Garten
- achtsame Bewegung und Atemarbeit
- Energiearbeit als unterstützendes Element zur Selbstregulation
- Phasen von Stille, Wahrnehmung und Austausch
- klare, professionelle Begleitung

**Keine Therapie, keine Heilsversprechen,
sondern ein bewusster Rahmen
für Klarheit und Selbstführung.**