

# 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

**Klare, professionelle Begleitung durch:**

**Karin Schürmann**

Founder Passion Leader

**Heidi Hangarter**

Frequenz Mentoring

im  
**KneippGarten  
Gisikon LU**

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



# 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:**

- Impulse nach Passion Leader
- mentale Frische und neue Klarheit
- gestärkter Fokus und innere Präsenz
- bewussterer 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.**