

# SommerCoachingSeminar

**27. – 31.08.2025**

**Castelfeder | Südtirol**



Wer kennt es nicht, dieses diffuse Gefühl einer Sehnsucht nach „Wenn ich könnte, wie ich wollte ...“, die nichts Konkretes zu meinen scheint und doch da ist?

Sehnsüchte spüren, erkennen und ernstnehmen ist erst der Anfang. Um in ein Handeln kommen zu können, müssen aus Sehnsüchten Wünsche und Visionen werden. Aus Wünschen und Visionen können Ziele definiert werden. Diese zu definieren und deren Erreichung zu planen und konkretisieren heißt, sich auf etwas auszurichten, auf sich selbst zu achten, Selbstfürsorge zu leben.

Wenn ich könnte, wie ich wollte...

Sie können in der wunderbaren Umgebung vom Haus Castelfeder, welches in einem Naturschutzgebiet liegt, eine Wunschliste schreiben, ihre Vision finden und/oder reflektieren, sich in Ruhe ein paar Tage Zeit nehmen, dem eigenen Sehnen nachzuspüren, um neue berufliche und private Perspektiven zu entwickeln und erste Schritte der konkreten Umsetzung zu planen.

## Inhalte der Seminarwoche

- Der eigenen inneren Weisheit nachgehen
- Sich dem eigenen Sehnen und Visionen annähern
- sich der eigenen Selbstwirksamkeit bewusst werden
- Vertrautes wiederentdecken
- Neues ausprobieren
- Ziele konkretisieren
- Erste Schritte der Umsetzung entwickeln
- die eigene Resilienz stärken

## Unsere Arbeitsweise

- Mit kreativen, ganzheitlichen Methoden
- Im Plenum, in Kleingruppen und Einzelphasen
- An den aktuellen Situationen der Seminarteilnehmerinnen
- Mit Übungen zur Körperwahrnehmung

## Zielgruppe

Frauen, die sich mit Ihrer Zukunfts- und/oder Karriereplanung auf kreative Arte und Weise auseinandersetzen wollen.

## Termin

Mittwoch, 27. August 2025, Start 15:00 h  
Sonntag, 31. August 2025, bis 14.30 h (inkl. Mittagessen)  
**Das Seminar umfasst 30 Arbeitseinheiten.**

## Kosten

Seminarbeitrag € 730,--

## Unterkunft und Verpflegung

Übernachtung im Doppelzimmer mit Vollpension: ca. € 262,-- + Kurtaxe € 1,35/Tag

Übernachtung im Einzelzimmer mit Vollpension: ca. € 300,-- + Kurtaxe € 1,35/Tag

Preise siehe auch <https://www.haus-castelfeder.com/zimmer-preise/>

Inkludierte Mahlzeiten: Mittwoch – Abendessen, Donnerstag – Vollpension, Freitag – Halbpension, Samstag – Vollpension, Sonntag - Halbpension

## Leitung, Information und Anmeldung

### Mag.<sup>a</sup> Margit Kühne-Eisendle

Coach, Supervisorin, Gestaltpädagogin,  
Lebens- und Sozialberaterin  
Organisationsentwicklerin  
[www.zoom-vision.com](http://www.zoom-vision.com)  
[www.gestaltssystemisch.at](http://www.gestaltssystemisch.at)  
fon: +43 664 2645601  
[mke@gestaltssystemisch.at](mailto:mke@gestaltssystemisch.at)

### Anne Gruber

Coach, Gestaltpädagogin,  
Diplom Berufspädagogin für Gesundheit  
und Pflege in ganzheitlicher Ausrichtung  
[www.gestaltssystemisch.at](http://www.gestaltssystemisch.at)  
fon: +491721014092  
[ag@gestaltssystemisch.at](mailto:ag@gestaltssystemisch.at)

## Haus Castelfeder

Mitten im Südtiroler Unterland, in Montan, am Fuße des sagenumwobenen Hügels von Castelfeder liegt unser Gästehaus und Pension. Eine herrliche Oase für Erholungsuchende. Castelfeder, auch „Arkadien Tirols“ genannt wird von vielen als „**Kraftort**“ bezeichnet und bietet die einmalige Möglichkeit, eine vorwiegend der Bronze- bzw. Eisenzeit erschaffene Kulturlandschaft nahezu unverändert zu erleben. Castelfeder liegt in einem Naturschutzgebiet und bietet den Gästen auch einen Pool zur Abkühlung an.  
<https://www.haus-castelfeder.com/>

## Anreise

Die Anreise muss selbst organisiert werden.

Das Seminarhaus liegt nur wenige Minuten von der Autobahnausfahrt entfernt (und trotzdem ganz ruhig). Zudem kann das Haus auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreicht werden. Wir organisieren gerne einen Abholshuttle vom Bahnhof Auer.

