



23.-26. April 2026

Retreat für Mensch und Hund auf der Insel Rügen

Ruhe und Entspannung

Möchtest du gemeinsam mit deinem Hund den Alltag loslassen und zur Ruhe finden?

Erlebe Praxisübungen, Meditationen sowie Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen zusammen mit deinem Hund. In der Gemeinschaft mit anderen Hundemenschen entsteht ein Raum der Wertschätzung, ganz ohne Druck, ohne Erwartungen.

Hier kannst du einfach sein, Kraft tanken und die Verbindung zu deinem Hund auf ganz besondere Weise vertiefen. Tauche ein in Momente voller Gelassenheit und bewusster Nähe und schenke dir und deinem Hund diese wertvolle Auszeit.

SEMINARINHALTE

- Entspannungsübungen und Meditationen für dich und deinen Hund**
- Achtsamkeitsspaziergänge und Zeit in der Natur**
- Praxis-Übungen für mehr Ruhe und Entspannung im Alltag**
- Austausch und Begegnung mit anderen Hundemenschen**

Seminarleitung:
Berenike Schaak
RudelHerz Coaching



Anmeldung zum Seminar unter:
www.rudel-herz.de

Zeit für Ruhe - Zeit für Verbindung Zeit für dich und deinen Hund

Du lernst einfache, wirkungsvolle Übungen kennen, die dich und deinen Hund zur Ruhe bringen und euer Vertrauen stärken. Du erfährst, wie du Ruhe, Präsenz und Achtsamkeit dauerhaft in euren Alltag integrieren kannst: für mehr Gelassenheit, Nähe und Verbundenheit. Genieße intensive Momente mit deinem Hund, tanke neue Kraft und erlebe diese bewusste Auszeit in einer inspirierenden Gemeinschaft gleichgesinnter Hundemenschen.

Das Retreat für Mensch und Hund ist geeignet für:

- **DICH, wenn du offen bist für ganzheitliche Impulse und Herangehensweisen**
- **DICH, wenn du neugierig darauf bist, mehr über dich zu erfahren**
- **DICH, wenn du Meditation und Achtsamkeitsübungen kennenlernen möchtest oder in diesen Bereichen bereits Erfahrungen hast**
- **DICH, wenn du die Beziehung zu deinem Hund vertiefen und intensivieren möchtest**

Bitte mitbringen:

warme und lockere Kleidung, Notizblock, Schreibmaterial, Meditationskissen (wenn vorhanden), Yogamatte, 1-2 Decken

Für deinen Hund bitte mitbringen:

ausreichend große Hundedecke oder Körbchen, Führleine, Halsband/Geschirr, Leckerlis

Deine Investition:

All in

Seminarpreis + Übernachtung mit Hund(en) + Endreinigung

Mit Hund: 555,00 Euro

Partner: 199,00 Euro

Pure

nur Seminar, ohne Übernachtung

Mit Hund: 399,00 Euro

Partner: 199,00 Euro

Veranstaltungsort:

Ferienhof „Im Schlumm“

Schlumm 2

18528 Thesenvitz/ OT

Dramvitz

<https://fewo-schlumm.de/>

Kurzer Leitfaden für die Buchung:

**1) Benutze das Anmeldeformular auf der Webseite:
www.rudel-herz.de**

2) Wähle zwischen "All in" (Seminar + Übernachtung) und "Pure" (nur Seminar, ohne Übernachtung), und auch, ob du allein an dem Seminar teilnehmen möchtest oder mit deinem Partner.

3) Auf dem Ferienhof Schlumm stehen unterschiedliche, aber durchaus vergleichbare Zimmer bzw. auch drei Ferienwohnungen für jeweils zwei Personen zur Verfügung. Entscheidest du dich für eines der drei Doppelzimmer im Haupthaus, bekommst du 5% Rabatt auf den Gesamtpreis.

4) Du erhältst eine Bestätigung per Mail, sobald deine Anmeldung eingegangen ist.

5) Insofern du "All in" gebucht hast, bekommst du eine Übersicht der Zimmer oder FeWo, die noch zur Verfügung stehen und kannst dir eines auswählen.

6) Dein Hund bzw. deine Hunde sind herzlich willkommen. Die Endreinigung und Hundepauschale sind in "All in" bereits enthalten, sowie auch die Seminargebühr. Für deine Verpflegung während des Retreats bist du selbst verantwortlich.

7) Bei allen Fragen rund um Seminar und Übernachtung wende dich bitte direkt an mich.



RudelHerz COACHING
BERENIKE SCHAAK

Mobil: 0176-54387090

Mail: info@rudel-herz.de

www.rudel-herz.de