



NEU: **MINI**Retreat

statt *HomeOffice & HomeSchooling!*

Ziel: Entspannung, Entlastung, Erfrischung und Ermutigung für „Corona“-gestresste Mütter, Väter und Lehrkräfte - individuell, paarweise oder in kleiner Gruppe.

Weg: **Waldspaziergang mit Dialog**, z.B. über Themen wie *Motivation, Stress, EnergieManagement, Erziehung, Lernkunst u.a.*
plus Shaolin-Qigong + LifeKinetik®

Dauer: ca. 4 Stunden, bevorzugt vormittags von 09-13h

Ort: Studio Zwillikon und Waldpfad Jonenthal
auf Empfehlung auch in anderen geeigneten Waldgebieten

Ausgleich: nach persönlicher Wertschätzung und Wirtschaftskraft

Begleiter: **Michael Franz**

Sportspielwissenschaftler, Social Architect nach „Spiral Dynamics“, zertifizierter LifeKinetik®-Trainer
Ausbildung in Traditioneller Chinesischer Gesundheitslehre bei Prof. Dr. Guojun Diao (Uni Shanghai)
und ShaolinQigong bei Shi Yan Bao (Berlin). 3facher Vater, Grossvater. Mehr auf www.michaelfranz.ch

WUNSCHTERMINE bitte vereinbaren per lernkunst@michaelfranz.ch