

# HEALING RETREAT - HEILCAMP

**5.7.-13.7.25  
IN TIROL**



**MIT  
GITIKA  
LINER  
& SEBASTIAN  
SCHRÖDL**

**Information & Anmeldung:  
Ina Toelstede, [waldfreya@hotmail.com](mailto:waldfreya@hotmail.com)**

# 8 Tage Healing Retreat - Heilcamp mit Gitika & Sebastian



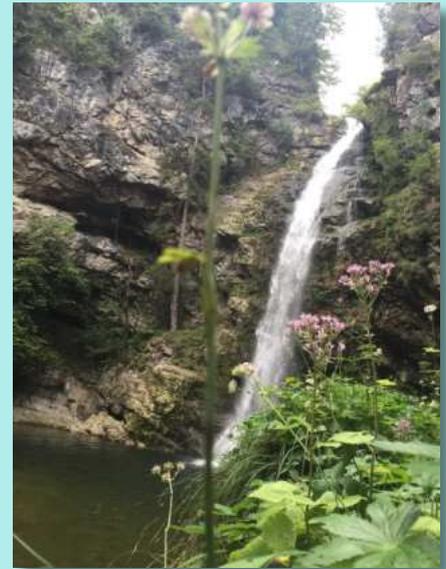
Nimm dir eine ganz besondere Auszeit nur für dich - mitten in den Tiroler Bergen. Komm bei dir an und richte deine volle Aufmerksamkeit auf das, was wirklich wichtig ist: **deine physische, mentale, emotionale und spirituelle Gesundheit** - verbunden mit ganz viel Wohlbefinden und Naturerleben. Tauche tief in deine innere Welt ein und finde dort Inspirationen und Einsichten für deine Entwicklung und Heilung.

Gitika und Sebastian werden dich mit ihrem ganzen Wissen, ihrer Magie und mit ganz viel Herz unterstützen und begleiten. Sie leiten dich an, dein individuelles Programm zusammenzustellen, um deine ureigene Selbstheilungskraft, deine Vitalität, Freude und energetische Lebendigkeit zu entfachen und zu stärken.

**„Wir freuen uns schon sehr auf dich und diese wunderbare Arbeit. Es ist Zeit, dich wieder auf dich selbst zu besinnen und dich mit Mutter Erde zu verbinden. Komm zurück zur Natur, die dir die Kraft gibt, um zu reflektieren, zu transformieren und zu heilen. Damit du dein Leben genießen und feiern kannst!“ Gitika**

## In diesen Tagen wirst du u.a. erleben:

- \*Tägliche Meditationen
- \*Erlernen und Anwenden von Achtsamkeit
- \*Einzelsitzung mit Gitika & Sebastian
- \*Visualisierungsübungen
- \*Entschleunigung & Stressmanagement
- \*Heilzeremonien in und mit der Natur
- \*Ausflüge & Bewegung in den Tiroler Bergen
- \*Waldbaden
- \*Schwimmen in Tiroler Bergseen
- \*Emotionale Aufarbeitung und Behebung von Energieblockaden und v.m.



Ein Highlight dieses Retreats ist die **Tiroler Schwitzhütte** (Sa. 05.07.25) - in diesem besonderen Ritual fühlst du dich geborgen wie im Schoß von Mutter Erde und erlebst die Elemente Feuer, Wasser, Erde und Luft hautnah. Die **Schamanische Visionssuche** (Sa+So 12.-13.07.25) schließt die Heiltage mit einer magischen Zeremonie ab und führt dich tief in deinen Wesenskern und in die Welt der Pflanzengeister.

Zusätzlich bekommst du einen individuellen „Heil-Plan“ mit Anleitungen, den du in dein tägliches Leben integrieren kannst und der auf allen Ebenen deines Seins wirkt - sowohl auf der physischen, der mentalen, der emotionalen, sowie der spirituellen Ebene.



## Veranstaltungsort:

Das Healing Retreat findet mitten im Naturparadies 'Wilder Kaiser' statt, am wundervollen und heilsamen Waldplatz von Sebastian Schrödl ([www.sebastians-waldpaedagogik.at](http://www.sebastians-waldpaedagogik.at)). Die atemberaubende Schönheit der dich umgebenden Natur, und die Schlichtheit und Ruhe des Waldplatzes bilden die perfekte Basis für Deine Heilreise!

## Übernachtungsmöglichkeit:

### Gästehaus Alpenblick

Dorfstraße 50

A-6342 Rettenschöss

Telefon: +43 5373 61805

Zimmer bitte selbst reservieren!

Pro Person/Nacht 25 Euro inkl. Frühstück

Weitere Übernachtungsmöglichkeiten gibt es auf dem **Waldplatz** im Heustadl, im großen Seminarraum oder in der Ritualhütte für jeweils 15 € pro Person/Nacht. Für die Übernachtung am Waldplatz bringe bitte **Schlafsack** und **Isomatte** mit.



## Ablauf:

**Ankommen:** 05.07.25 um 15.00 Uhr – **Ende:** 13.07.25 um ca. 15.00 Uhr

Wir verpflegen uns an diesen Tagen selbst. Bitte bringe alles an Essen und Trinken mit, was Du persönlich brauchst! Zubereiten kannst du es in der Waldplatz-Camping-Küche, die mit Geschirr, Gaskocher, Töpfen und Pfannen, Basis-Gewürzen und Quellwasser ausgestattet ist.



## **Buchung des Seminars:**

**Preis:** 875,- € (exkl. Übernachtungen)

Mit einer Anzahlung von 100,- € ist dein Platz fix reserviert. Bei einer späteren Absage behalten wir 100,- € Bearbeitungsgebühr ein.

Kürzere Teilnahme ab drei Tagen möglich - Preis pro Seminartag 160,- € zzgl. Übernachtungen

## **Bankverbindung:**

**Name:** Gitika B. Linser

**IBAN:** AT36 4239 0000 5003 4308

**BIC:** VBOEATWWINN

**Verwendungszweck:** Healing Retreat 2025

## **Bitte bringe folgendes mit:**

Bequeme Kleidung

Eine Flasche für Wasser

Eine Taschenlampe

Eine Sitzunterlage

Regenbekleidung

Rucksack

Badebekleidung, Handtuch

Feste Schuhe für Draußen

Schreibsachen

Musikinstrument, Trommel (falls vorhanden)



Für weitere Informationen oder Fragen bin ich gerne für Dich da!

**Ina Toelstede:** [waldfreya@hotmail.com](mailto:waldfreya@hotmail.com), +49 176 21060970

[www.gitikalinser.com](http://www.gitikalinser.com)

[www.sebastians-waldpädagogik.at](http://www.sebastians-waldpädagogik.at)

**WIR FREUEN UNS AUF EUCH!  
GITIKA & SEBASTIAN**