





### **Katina Kuhn**

ist Kulturwissenschaftlerin, Yoga-  
lehrerin, Ausbilderin, Gründerin  
und Inhaberin der Yoga Connection,  
Autorin und Mutter von drei Söhnen.  
In Vorträgen, Retreats und Work-  
shops inspiriert sie seit vielen Jah-  
ren Menschen, sich mit Fragen der  
persönlichen Ressourcenstärkung,  
Achtsamkeit im Alltag, der körperli-  
chen und mentalen Gesundheit sowie  
der Stressreduktion auseinander-  
zusetzen. Sie arbeitet als Bodycoach  
für Beraternetzwerke, Universitäten  
und verschiedene öffentliche Ein-  
richtungen und private Unternehmen.

### **Petra Lange**

ist Psychologin, systemische  
Beraterin, Hypnotherapeutin,  
Mutter von 2 Söhnen und Yoga-  
Lehrerin. Seit über 25 Jahren  
begleitet sie Menschen, Teams und  
Organisation in ihren Entwicklungen.  
Ihre Erfahrungen sind breit und  
reichen vom lokalen Startup zum  
internationalen Konzern, von Tech-  
nologie-Branche über Automotive,  
Verlage, IT, Fussball-Bundesligist  
hinzu NPOs. Sie liebt es zu Lernen  
und sie faszinieren alle schnellen  
und wirksamen Methoden, die  
über „Reden“ hinaus gehen.

**Wann?** Sonntag, 19. Februar 2023, 17 Uhr  
bis Mittwoch, 22. Februar 2023, 15 Uhr

### **Tagesablauf**

Optional Yoga und Meditation: 07.30 – 08.00 Uhr  
Arbeitsblöcke 09.00 – 12.00 & 14.30 – 18.30 Uhr  
Optional Yoga und Meditation 20.00 – 21.00 Uhr  
ab 21.00 Uhr Gespräche am Kaminfeuer

**Wo?** Im Stimbekhof, Bispingen in der Lüneburger Heide

**Wer?** Kleine, exklusive Gruppe (maximal 15) von Frauen aus Wirtschaft,  
Wissenschaft, Medizin, Bildung und die gestalten wollen

**Was noch?** Ablauf und Struktur unseres Retreats sehen vor, dass wir den  
Tag mit Yoga, Meditation und Natur beginnen und auch wieder beenden.  
Für diesen Programmteil benötigt ihr sportliche, bequeme  
und wetterfeste Kleidung sowie geeignetes Schuhwerk für draußen.

**Investition?** 850,- Euro inkl. gesetzl. UmSt.  
Plus Unterkunft: 460 Euro mit Vollverpflegung im Einzelzimmer  
275 Euro mit Vollverpflegung pro Person im Doppelzimmer  
(Retreat findet ab 10 Teilnehmerinnen statt)

**Sei dabei – wir freuen uns auf dich!**

Anmeldung, Fragen per Mail an [learn@peachr.de](mailto:learn@peachr.de)

Der stimmungsvolle Stimbekhof  
mitten in der Lüneburger Heide  
bietet uns eine ideale Kulisse.  
[www.stimbekhof.de](http://www.stimbekhof.de)

