

## Deferegger Heilwasser Auszeittage

im Defereggental, Osttirol in Österreich

Donnerstag bis Sonntag, 19. bis 22. September 2024

**Vollmondritual: „Entdecke deine weibliche Kraft“**

**Kursleiterin Alexandra Sabitzer**

Das Vollmondritual richtet sich speziell an Frauen, die sich eine kleine, liebevoll begleitete Auszeit wünschen oder schlicht brauchen. Das feine, energetische Miteinander von maximal 8 Frauen plus Kursleiterin bringt Klarheit, Stärke und neue Ausrichtung.

Der Ernte-Vollmond (Harvest-Moon) am 18. September ist der Vollmond des Jahres 2024, der als besonders stark und transformierend bekannt ist. Wir sind in turbulenten Zeiten mit rasantem Tempo, kein Stein scheint mehr auf dem anderen zu bleiben. Umso wichtiger ist es, Ruhe in sich selbst zu finden sowie Ziele und Herzenswünsche zu definieren und manifestieren.



Die Auszeittage am mythischen **Heilwasserplatz der Deferegger Heilwasserwelt in St. Jakob**, im urigen und **gemütlichen Bruggenwirt**, energetisch unterstützt und begleitet von Alexandra und nicht zuletzt der magische Vollmond verhelfen dir, innere Ruhe zu finden, Kraft zu tanken, Klarheit zu gewinnen und Herzenswünsche zu manifestieren. 4 Tage Auszeit, in denen du an diesem



heilsamen Kraftplatz mit Unterstützung des Heilwassers in deine Mitte kommst und dein inneres Strahlen sichtbar wird.

Der **Erntevollmond am 18. September um ca. 3:33 Uhr**, bietet die Tage vor und nach der TagundNachtgleiche eine besonders magische Zeit. Die Erde strotzt vor Kraft und Überfluss: mit ihren Früchten bedankt sie sich bei uns, für die Energie, die wir in sie investiert haben. Himmel und Erde verbinden sich zu dieser Zeit und selbst Verjüngung ist möglich. Alexandra wird dich durch die Magie dieser Tage einfühlsam begleiten.

Gleichzeitig bietet dir die Wohlfühlzeit genügend Freiraum, um alleine oder in der Gruppe zu reflektieren und gegenseitig von Impulsen zu profitieren.

## **Programm Auszeit Vollmondritual „Entdecke deine weibliche Kraft“:**

### **Donnerstag, 19. September**

- Anreisetag
- Ab 17:30: Ankommen und Kennenlernen (Kaminstube)
- 18 Uhr: Gemeinsames vital-verjüngendes Abendessen (Kaminstube)
- 19:45 Uhr: Taxi-Transfer Petar
- 20 Uhr: Vollmondritual „Harvest Moon“ (Heilwasserplatz St. Jakob) mit Alexandra. Alexandra ist seit Jahren eingeweiht in die heiligen Schoß Mantren (nach Sai Baba) und hat sich verpflichtet jeden Neu- und Vollmond zu meditieren, die Mantren zu rezitieren sowie das heilige Schoß Mantra zu zeichnen und dieses dann in einer heiligen Feuerzeremonie zur Reinigung der niederen Energien auf der Erde zu räuchern. Hierzu verwendet sie gerne kraftvolle Räuchermischungen des Osttiroler Räucherwerk. Gleichzeitig dürfen beim Harvest Moon-Ritual Herzenswünsche ins Feuer gegeben werden.  
  
Wer schon einmal persönlich bei dieser Zeremonie dabei war, kann die Magie nur bestätigen.
- 22 Uhr: Taxi-Transfer Petar zum Bruggenwirt

### **Freitag, 20. September**

- 7:45 Uhr: Taxi-Transfer Petar zur Heilwasserwelt
- 8-9 Uhr: Yoga mit Sonja (Heilwasserplatz St. Jakob)
- 9:15 Uhr: Transport mit Taxi Petar zurück zum Bruggenwirt
- 9:30 Uhr: Frühstück (Kaminstube)
- 11-17 Uhr: Individuelle energetische Sitzungen (Aufpreis von 100 Euro für 55 min)
- 14 Uhr: Führung Heilwasserwelt (individuelle Anreise mit dem Taxi oder Spaziergang, ca. 40 min vom Bruggenwirt aus)
- 17 Uhr: Gemeinsame Meditation „Blockaden lösen“ in der Gruppe mit Alexandra (Privatstube)
- 18:30 Uhr: gemeinsames Abendessen (Osttiroler Spezialitäten)

### **Samstag, 21. September**

- 8:30 Uhr: Frühstück (Gaststube)
- 11:00 Uhr: Impulsvortrag Dankbarkeit mit Alexandra (Kaminstube)
- 12:45 Uhr: Auf Wunsch Taxi-Transfer Petar zum Wasserweg
- 13:00 Uhr: Gemeinsame Kraft-Wanderung entlang des Wasserweges mit Jausenpause
- Nachmittags: Auf Wunsch Taxi-Transfer Petar zurück zum Bruggenwirt
- 18:30 Uhr: Gemeinsames Abendessen à la carte (Gaststube)

### **Sonntag, 22. September**

- Frühstück und individuelle Abreise

### Über Alexandra Sabitzer:



Die gebürtige Kärntnerin zieht es immer wieder in ihre Heimat und auch nach Osttirol. Sie weiß um die Kraft und die Ruhe der Natur. Aus dieser Erkenntnis entstand ihr Weg, im Einklang mit der Natur und ihren Energien zu wirken. Hierzu zählen unter anderem die Mond Feuer Rituale wie auch die Herstellung von Blüten Essenzen. Alexandra ist hellfühlend und hatte bereits in ihrer Kindheit Engelsbegegnungen. Vielfältige energetische Weiterbildungen fügten sich und so unterstützt Alexandra seit 2009 als Heilpraktikerin (Psychotherapie) in eigener Praxis in München erfolgreich Menschen in Umbruchsphasen, Lebens- und Liebeskrisen. Ein weiterer Schwerpunkt liegt bei Frauenthemen von Kinderwunsch bis Wechseljahre. Sie unterstützt Frauen dabei, ihre weibliche Kraft, Fülle und Ausstrahlung zu finden.

Neben den Angeboten für die Gruppe, habt ihr Freitag Gelegenheit, Einzelsitzungen speziell für eure Bedürfnisse und Themen bei Alexandra zu buchen (gegen Aufpreis von 100 Euro für 55 min).

Mehr über die Seminarleiterin Alexandra Sabitzer: <https://praxis-panta-rhei.net/>

Mehr über den Bruggenwirt: [www.bruggenwirt.at](http://www.bruggenwirt.at)

Mehr über das Deferegger Heilwasser: [www.deferegger-heilwasser.at](http://www.deferegger-heilwasser.at)

### Preise Auszeit Vollmondritual:

- Übernachtung im DZ zur Einzelzimmernutzung: 890 Euro zzgl. MwSt von 20%
- Übernachtung im DZ zur Doppelzimmernutzung: 840 Euro zzgl. MwSt von 20%

### Im Preis für die Auszeit sind enthalten:

- Alle im Seminarprogramm aufgelisteten Punkte (Ausgenommen Einzelsitzungen)
- Übernachtung & Halbpension (bitte um Info bei besonderen Ernährungsweisen)
- Jausenverpflegung für die Wanderung
- Tagsüber Wasser aus der Quelle sowie kleine Snacks
- Deferegger Heilwasser Produktpaket

### Anmeldung und Zahlungsbedingungen:

- Anmeldung erfolgt über den Anmeldebogen der Deferegger Heilwasserwelt
- Zahlung erfolgt nach Buchung mit Zahlungsziel 14 Tage

### Frühbucherrabatt und Stornierung:

- Frühbucherrabatt von 5% bis 31. Juli 2024 (845,50 Euro zzgl. MwSt. von 20% bzw. 798 Euro zzgl. gesetzl. MwSt. von 20%)
- Stornierung bis zum 16. August: kostenlos
- Stornierung bis 30. August: 80% Rückerstattung
- Stornierung bis 13. September 50% Rückerstattung

### Bei Fragen freut sich über die Kontaktaufnahme:

Simone Klinkner, [simone.klinkner@deferegger-heilwasser.at](mailto:simone.klinkner@deferegger-heilwasser.at)