

WILD EARTH  
WILD FOOD & MAGIC MOUNTAIN  
RETREAT  
Tirol / Österreich

## WELCOME TO THE WILD

26. - 29. SEPTEMBER 2024

Gemeinsam begegnen wir Mutter Erde mit all ihren Elementen und ihrer kraftvollen Nahrung am schönsten Ende der Welt am Mesnerhof-C in den Tiroler Bergen in Steinberg am Rofan, eingebettet in ein wundervolles Tal, umgeben von wilder Natur, geschützt von 2 kraftvollen Bergen.

Du wirst zu Dir finden, Dich erden und die Urkraft der Natur erleben. All die Erfahrung mit Dir selbst in einer kleinen Gruppe und die Energie der Berge wird ein Teil von Dir werden und Deinem Leben eine neue Ausrichtung zu schenken. Erlebe ...

- Naturbelassene und kraftvolle Nahrung, die Dich mit Mutter Erde verbindet und Dich zu einem natürlichen Essverhalten zurückführt.
- Magische Wanderungen und Visonssuchen, die Dich Deine Urkraft spüren lassen und Dein Herz berühren.
- Austausch innerhalb einer kleinen Gruppe, aber auch Ruhe und Rückzug für Reflektion und Neuausrichtung.

Wenn Du auf der Suche bist nach Antworten, Impulsen in Deinem Leben oder nach einem Neuanfang begleitet von Mutter Natur, dann werden Dich die Berge und das Retreat dabei unterstützen.

## BOOKING DETAILS



### ANREISE:

26. September ab 16 Uhr (Opening Circle 18:30 Uhr)

### ABREISE:

29. September um 11:00 Uhr (Closing Circle 10:30 Uhr)

### ÜBERNACHTUNG:

3 Nächte im Doppelzimmer am Mesnerhof-C (Einzelbelegung Wunsch und Aufpreis möglich)

### VERPFLEGUNG:

Vollpension inkl. Getränke (Quellwasser/Fusion-Water, Tee, Saft), vegan, Bio Qualität, 3 x Brunch, 3 x Dinner, 2 x Lunch

### ERLEBNIS:

- WILD FOOD - Begleitende Kulinarik & Food Coaching
- EARTH RITUALS - Outdoor Teachings in der Wildnis
- SHARING CIRCLES - Integrative Begleitung & Austausch

### ANFRAGE & BUCHUNG

0162 9134556 oder hello@sara-gumb.de

GESAMTPREIS p.P im DZ

796,- Euro inkl. MwSt.



## DAS ERWARTET DICH

### WILD FOOD

---



Kulinarisch werden wir Mutter Erde in Ihrer Wildheit und Fülle begegnen.

Nährende Brunches, Nature-Dinner und wilde Snacks werden Dich in die Welt der Elemente entführen. Du wirst Dich und Deine Art zu Essen auf eine ganz besondere Weise erleben.

Vegan, wild, naturbelassen, weizen und zuckerfrei.

### MAGIC MOUNTAINS

---

Man sagt die Berge rufen Dich, wenn die Zeit gekommen ist, Dich an Dich selbst zu erinnern.

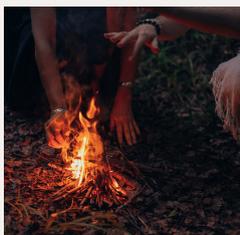
Gemeinsam werden wir uns mit der Kraft der Berge verbinden, die Stille der Wälder erfahren, im Fluss baden und uns mit uns selbst verbinden.

Sanfte Wanderungen bringen Dich in Deinen Körper und zu Mutter Natur.



### EARTH RITUALS

---



Verbindende Natur Rituale, der Austausch mit anderen Teilnehmer/innen und mir als Deine Mentorin werden Dir helfen, Dich mit Deiner Urkraft & Deiner Kreativität zu verbinden.

Du darfst zur Ruhe kommen, um Dich neu in Deinem Leben auszurichten.

ANFRAGE & BUCHUNG

0162 9134556 oder [hello@sara-gumb.de](mailto:hello@sara-gumb.de)

WILD EARTH  
WILD FOOD & MAGIC MOUNTAIN  
RETREAT  
Tirol / Österreich

## UNSER ZU HAUSE

### MESNERHOF-C TIROL



Der Mesnerhof-C liegt Mitten in Steinberg am Rofan und ist der ideale Ort, um zur Ruhe zu kommen und die wilde Natur zu erkunden. Wir werden das 400 Jahre alte Bauernhaus als unseren Rückzugsort haben und von dort aus mit den Bergen und der Natur arbeiten.

Das Bauernhaus hat 5 Doppelzimmer, die auf Wunsch auch zur Einzelbelegung genutzt werden können. Im Erdgeschoss teilen wir uns ein wunderschönes Bad mit einer Dusche. Die rustikale Küche und die Stube werden wir als Gemeinschaft-Ort nutzen, wenn wir nicht Draußen in der Natur sein werden.

Erfahre hier mehr über den Hof: <https://www.mesnerhof-c.at>



### STEINBERG & DIE WILDNIS

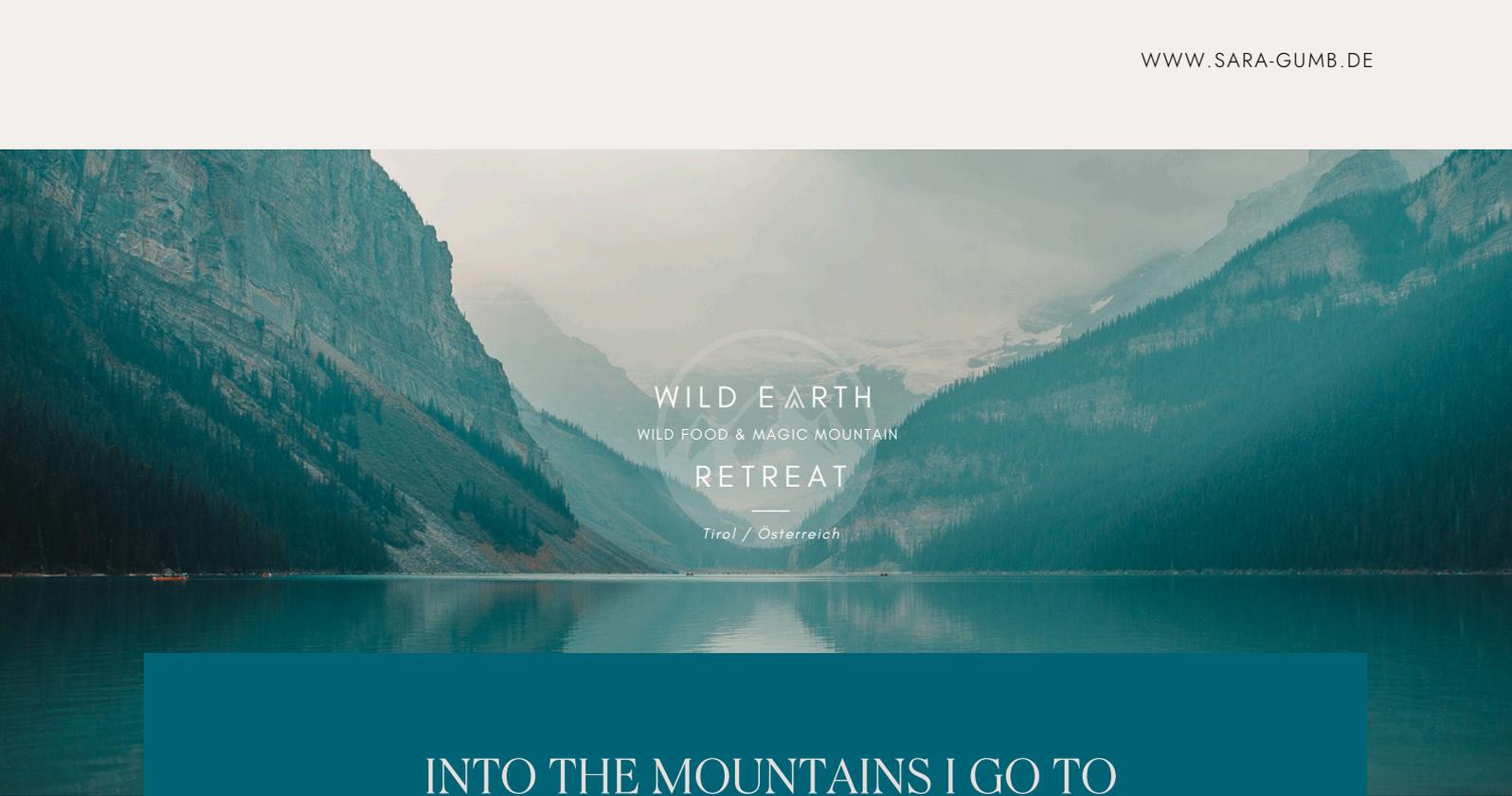
Der kleine Ort hat gerade mal 300 Einwohner und liegt abgelegen in den Tiroler Bergen, 15 Minuten vom schönen Achensee entfernt.

Der Ort wird auch als schönstes Ende der Welt bezeichnet, welches ich selbst nur bestätigen kann.

Die Wildnis ist einzigartig und unberührt, einer der Gründe ist warum mein WILD EARTH RETREAT entstanden ist.

Du darfst Dich also freuen, auf ganz viel Ruhe, Rückzug, aber auch auf die magische Wildnis, die Dich bei Dir selbst ankommen lässt.





WILD EARTH  
WILD FOOD & MAGIC MOUNTAIN  
RETREAT  
Tiroi / Österreich

INTO THE MOUNTAINS I GO TO  
FIND MY WILDNESS AND MY  
SOUL.

Wir sehen uns am schönsten  
Ende der Welt.

Deine

Sara ♡