

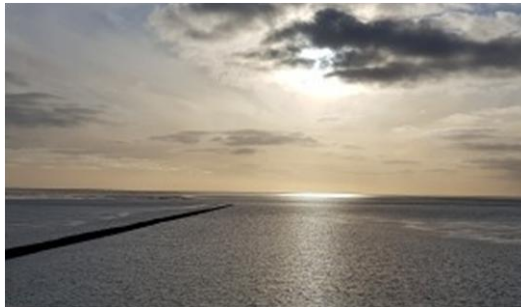
Auszeit mitten in der Nordsee

Dein persönlich gestaltetes Einzelretreat auf Pellworm

Lieber einzigartiger Mensch,

in Deinem Leben ist plötzlich nichts mehr so wie es vorher war – scheinbar unüberwindbare Herausforderungen haben Dir den Boden unter den Füßen weggezogen.

Eine begleitete Auszeit mitten in der Nordsee kann Dir wieder Halt, innere Kraft und Ausrichtung geben.



Vielleicht hast Du

- △ eine lebensverändernde, unter Umständen lebensverkürzende, Diagnose erhalten.
- △ einen wichtigen Menschen verloren.
- △ ein einschneidendes Ereignis (Trennung, Unfall, ...) gehabt und Du „funktionierst“ nicht mehr wie gewohnt.
- △ große Zweifel bekommen, wie Du Dein jetziges Leben lebst, weißt aber auch nicht wie anders.

Durch eine individuell begleitete Auszeit auf der Insel Pellworm bekommst Du wieder Boden unter die Füße und findest Mut für einen neuen Weg. Denn hier hast Du

- △ keine Ablenkung durch Deinen Alltag.
- △ ausreichend Raum zu verstehen und tief zu integrieren, was da gerade mit Dir geschieht.
- △ viel Zeit, um auch Dein Bedürfnis nach Hintergrundwissen zu stillen.
- △ vielfältigen Input, wie Du Dein Leben neu gestalten kannst.
- △ Pellworm, das Dich mit seiner Ruhe, Entschleunigung und ursprünglichen Natur unterstützt.

Lerne mich in einem Gespräch näher kennen und lass uns gemeinsam schauen, wie wir Dich am besten unterstützen und begleiten können.

Lichtvolle Grüße von Pellworm

Danai

Danai Krüger
Danais Licht-Akademie
Heilerin aus Tradition – Lehrerin aus
Leidenschaft

danaikrueger.com
+49 176 819 182 33
danai@danaislicht.de

Warum dieses Einzelretreat genau das richtige für Dich ist:

- △ Du kannst komplett loslassen und in Deinen Prozessen bleiben. Du musst nicht in Deinem Alltag mit Familie, Arbeit und allem anderen funktionieren. Du hast ein Rundum-sorglos-Paket und kannst Dich um Dich, Deine Bedürfnisse und Gedanken kümmern.
- △ Dein unruhiger Kopf wird in der Seeluft klarer und kann neues Wissen aufnehmen. Hintergründe und Zusammenhänge geben Sicherheit und sind Dir auch im Alltag weiterhin wichtige Begleiter.
- △ Die transformatorische Energie der Insel, kombiniert mit meinen feinstofflichen und empathischen Fähigkeiten, führt Dich in eine tiefere Verbindung zu Allem-Was-Ist. Dieser Zugang bringt Dir mehr Vertrauen, Halt sowie eine tief verankerte Gelassenheit.
- △ Die Wunder-volle Natur Pellworms schenkt Dir neue Perspektiven und bereichert Dich durch den einmaligen Blick in die unendliche Weite über die Insel hinaus.
- △ Video-Calls machen eine sofortige Begleitung und das Entwickeln von Erste-Hilfe-Maßnahmen möglich.
- △ Über Video-Calls kann ich Dich auf Wunsch auch nach dem Retreat weiter unterstützen und begleiten.



Danai – Ich stehe, wenn Du fällst

Seit 30 Jahren setze ich mich mit den Themen Emotionen, Trauma und Spiritualität auseinander.

Denn ich weiß nur zu gut, wie sich Einsamkeit, Überforderung oder Mutlosigkeit anfühlen; wie weh es tun kann, sich mit damit auseinander zu setzen.

Heute stelle ich Dir meine daraus gewonnene Stärke an die Seite, damit Du Deinen Weg geschützt und gehalten gehen kannst.

Danai Krüger
Danais Licht-Akademie
Heilerin aus Tradition – Lehrerin aus
Leidenschaft

danaikrueger.com
+49 176 819 182 33
danai@danaislicht.de



Ich stehe, wenn Du fällst!

Bei mir hat alles mit einer familiären Situation angefangen, die mich vor die Wahl gestellt hat: Untergehen oder Schwimmen. Ich wollte Schwimmen – diese Entscheidung war der Beginn meines Heilungswegs. Auf diesem Weg habe ich erkannt, dass Meditation, energetisches Arbeiten und die feinstoffliche Welt die für mich richtigen Begleiter sind. Sie hatten und haben sehr positiven Einfluss auf meine physische und mentale Gesundheit.

Die feinstoffliche Welt wurde zur tragenden Kraft in meinem Leben. Sie hat mich dazu befähigt, meinen Alltag als Schiffbauingenieurin zu meistern und heute Menschen nachhaltig und ganz individuell auf ihrem Lebensweg zu begleiten. Sie mit einer Kraft zu verbinden, von deren Existenz sie bisher etwas geahnt, zu der sie aber den Zugang noch nicht gefunden haben.

Ich spreche auch „Wirtschaft“, denn ich war 20 Jahre in Stahlbauunternehmen und an der Fachhochschule tätig, u. a. als Projekt- und Teamleiterin sowie im In- und Ausland. Heute lebe, arbeite und schreibe ich zwar auf Pellworm, doch das Arbeiten im Businessumfeld und seine Sprache sind mir noch immer vertraut.

Durch meine Lebenskrisen habe ich mich selbst, meine Berufung und das Leben, das zu mir passt, gefunden.

Organisatorisches

Unterbringung:

Das [Hotel Nordsee Lodge](#) mit Wellnessbereich sowie [Ferienwohnungen](#) liegen in unmittelbarer Nähe von mir. Im Vorabgespräch klären wir, was Du brauchst. Die Kosten für Deine Unterkunft sind nicht im Preis für das Einzelretreat enthalten, gerne helfe ich Dir jedoch bei der Suche.

Empfehlung:

Die Integration des Neuen vertieft sich, wenn Du Dir noch ein bis zwei Tage nach unserer gemeinsamen Zeit auf Pellworm einräumst.



Verpflegung:

Du bist eingeladen, Frühstück, Snacks und Abendbrot mit mir in meiner gemütlichen Küche zu genießen. Die Gastronomie auf Pellworm bietet für die Hauptmahlzeiten ein vielfältiges Angebot.

Sonstiges:

Fahrräder können vor Ort gemietet werden.

Für Touren auf der Insel steht mein Auto ebenfalls zur Verfügung.

Für Deine Reiseplanung

Informationen zur Fähre

Ich hole Dich vom Fähranleger ab und bringe Dich wieder hin.

Der Rest der An- und Abreise wird durch Dich selbst organisiert.

Allgemeine Informationen zu Pellworm

Danai Krüger
Danais Licht-Akademie
Heilerin aus Tradition – Lehrerin aus
Leidenschaft

danaikrueger.com
+49 176 819 182 33
danai@danaislicht.de

Beispiel für einen Tag im Einzelretreat – ganz nach Deinen Bedürfnissen anpassbar

So könnte ein Tag mit An- und Abreise aussehen. Alles ist individuell anpassbar. Wir berücksichtigen Deine Wünsche vorab. Während des Retreats fließen wir durch die Tage, sodass Du ganz entspannt mit Dir in Kontakt kommst.

Ankunft

Nach Deiner Anreise mit der „Pellworm I“ heiße ich Dich am pellwormer Anleger willkommen und bringe Dich zu Deiner Unterkunft. Je nachdem, was Du brauchst, kommst Du erst einmal in Deinem Zimmer an, gehen wir gemütlich etwas essen oder an der Nordsee spazieren. Dabei darf der Alltag gehen und Du Dich auf die nächsten Tage einstimmen.



Ein ganzer Tag

Wir beginnen unseren Tag mit einer gemeinsamen Meditation. Die Meditation wird während des Einzelretreats individuell an Deine körperlichen und inneren Bedürfnisse angepasst. Es soll Dir so leicht wie möglich fallen, eine regelmäßige Meditationspraxis in Deinen Alltag mitzunehmen. Das Kennen der eigenen Gedanken führt zu innerer Ruhe, zur Schärfung Deines Geistes und dem Ausleben Deiner Kreativität – Dein erstes, vielleicht wichtigstes Werkzeug im Umgang mit herausfordernden Situationen.

Nachdem wir uns schon etwas näher kennengelernt haben, passen wir das bisher besprochene bei einem Tee oder Kaffee im Detail an. Wie immer in unserer gemeinsamen Zeit bekommen Fragen, Zweifel und wie auch immer geartete Erfahrungen Raum.

Dann starten wir mit dem ersten Intensivtermin. Ein empathisch-medial geführtes Gespräch öffnet neue Wege zu dem Thema, mit dem Du auf die Insel gekommen bist. Wir nähern uns dem Thema in Deinem Tempo, alles was hochkommt darf sein. Mit diesem Wissen schaue ich dann mit meinen feinstofflichen Fähigkeiten, was Dein Körper dazu zu sagen hat. Auch hier passiert alles in Deinem Tempo.

Ein Austausch rundet den ersten Intensivtermin ab.



Nach einem gemeinsamen Mittagessen hast Du Zeit für Dich. Vielleicht möchtest Du Dich ausruhen, Sport machen oder lieber weiter mit mir über Gott und die Welt reden.

Das morgens gefundene Thema betrachten wir nachmittags aus einem anderen Blickwinkel. Aus meinem Werkzeugkoffer suchen wir genau die Methode heraus, die es braucht. Ebenso werden wir das Thema aus der Sicht des von Dir gewünschten Hintergrundwissens beleuchten. Alle Ebenen in Dir dürfen und sollen an Deinen Prozessen teilhaben. Wir finden den Ansatz, der Dich auch in Deinem Alltag weiter stärkt.

Eine Meditation am Deich lässt den gemeinsamen Tag in tragender Kulisse zu Ende gehen.

In gutem Kontakt mit Dir selbst und sicher vorbereitet auf das, was Dich erwartet, fahre ich Dich am Abreisetag zum pellwormer Anleger. Von dort bringt Dich die „Pellworm I“ langsam zurück in Richtung Deines Alltags. Du reist ab in dem Wissen, mir in dem folgenden Monat Fragen stellen und mit mir Erfahrungen teilen zu können. In einem online Termin blicken wir gemeinsam auf Deinen bereicherten Alltag und schauen, wo Du noch Unterstützung brauchst.



Honorar

Die Dauer Deines Aufenthalts richtet sich nach Deinen Wünschen und Bedürfnissen. Weicht diese von zwei Tagen Einzelretreat plus An- und Abreisetag ab, schicke ich Dir gerne ein angepasstes Angebot.

Zur Orientierung habe ich Dir hier den Umfang und den Endpreis für ein 2-tägiges Retreat aufgeführt:

- △ Zwei Tage intensive Transformation
(gemeinsame Zeit ca. 8 Stunden/ Tag – ganz nach Deinen Bedürfnissen)
- △ Eine Session (online, ca. 90min) nach dem Einzelretreat
- △ Willkommen und Verabschieden mit Fahrt von und zur Fähre
- △ Verköstigung
- △ Touren auf Pellworm
- △ Vorabbetreuung (online), z. B. Erste Hilfe Maßnahmen für den Alltag
- △ Nachbetreuung (online) für Fragen, Hilfestellungen, u. ä.
- △ Überraschung

Gesamthonorar (Endpreis)

2.444 €



Sprich mich an -
ich freue mich auf Dich!

Danai Krüger
Danais Licht-Akademie
Heilerin aus Tradition – Lehrerin aus
Leidenschaft

danaikrueger.com
+49 176 819 182 33
danai@danaislicht.de