OPEN YOUR WORLD

PSYCHOLOGISCHE RETREATS

LIVE YOUR S.E.L.F.

RECONNECTION: RESILIENZ-RETREAT IN SRI LANKA 01.11.-08.11.26

Dipl. Psych. Eva Senges

Approb. Psycholog. Psychotherapeutin, Coach, Supervisorin, Autorin

OPEN YOUR WORLD
PSYCHOLOGISCHE RETREATS

Dein Geschenk an Dich selbst:

Ein kraftvolles Feld, in dem Du bestmöglich in Deiner eigenen Entfaltung unterstützt wirst.

OPEN YOUR WORLD
PSYCHOLOGISCHE RETREATS

Schön, dass Du da bist!

Sei herzlich willkommen bei meinen ganz besonderen, persönlich geführten Retreats. Sie werden alle für genau Deine Ziele massgeschneidert - exklusiv, psychologisch und innovativ.

Als Coach und Psychotherapeutin mit jahrelanger Erfahrung in eigener Praxis habe ich ein gänzlich neues Konzept entwickelt, um Dich bestmöglich zu unterstützen.

Bei einer Auszeit weitab von Zuhause öffnen sich neue Welten im Innen und Außen. Du findest neue Perspektiven und füllst Dein Leben mit den besten Ressourcen. Mit Sinn, Energie, Liebe und Freude. So spürst Du Dich wieder in Deiner Kraft, in Deinem besten Selbst. In Deinem S.E.L.F.

Von Herzen, Deine

Eva Senges

OPEN YOUR WORLD
PSYCHOLOGISCHE RETREATS

Exklusiv.

- Dein Retreat wird in Absprache mit Dir nach genau Deinen Bedürfnissen und Zielen geplant.
- Es ist individuell. Für Dich. Für jetzt.
- Du buchst das Retreat ganz allein für Dich, zu zweit oder in einer kleinen, ausgewählten Gruppe.
- Du erhältst persönlich auf Dich zugeschnittene Seminareinheiten, intensive 1:1 Sessions und inspirierende Aktivitäten, die Dich beim Erreichen Deiner Ziele optimal unterstützen.
- Alles, was Du teilst, wird streng vertraulich behandelt.
- Deine Privatsphäre ist absolut geschützt.

OPEN YOUR WORLD
PSYCHOLOGISCHE RETREATS

Psychologisch.

- Dein Retreat erfüllt höchste Ansprüche an Seriosität, Qualität und Tiefgang.
- Du erhältst psychologisches Wissen, hilfreiche Tools und fundierte Seminar- und Coachingeinheiten direkt aus erster Hand von einer hoch qualifizierten, tief einfühlenden und weit blickenden Expertin.
- Alles ist auf Dein Zukunfts-Ich ausgerichtet: Dein bestes Selbst.
- Alle Retreats werden persönlich von Eva Senges durchgeführt. Hier teilt sie mit Dir auf ganz besondere Weise ihre 30-jährige Erfahrung als approbierte Psychotherapeutin und zertifizierter Business-Coach.
- Du erlebst hier eine Psychologin sehr persönlich. Die Begegnungen sind absolut authentisch und geben Dir kostbare Einblicke in wahre Erkenntnisse auf dem Weg in ein erfülltes Leben.

OPEN YOUR WORLD
PSYCHOLOGISCHE RETREATS

Innovativ.

- Wir nutzen die schönsten und kraftvollsten Orte der Welt für Deine ganz persönliche Entwicklung.
- Indem Du Dein gewohntes Umfeld verlässt, eröffnen sich Dir neue innere Perspektiven und Möglichkeiten.
- Du erfährst eine Symbiose aus fundierter psychologischer Unterstützung, Yoga, Meditation, spirituellen und energetischen Heilkräften sowie allem, was uns die spezielle Kultur und Schönheit der Natur zur Verfügung stellt.
- Du bekommst handfeste Tools, Inspiration und tiefgreifende Nahrung für Körper, Geist und Seele.
- Alle Orte und unterstützenden Angebote wurden von Eva Senges hinsichtlich ihrer Energie, ihrer Wirksamkeit und Sicherheit sorgfältig geprüft und ausgewählt.

OPEN YOUR WORLD
PSYCHOLOGISCHE RETREATS

Warum Sri Lanka?

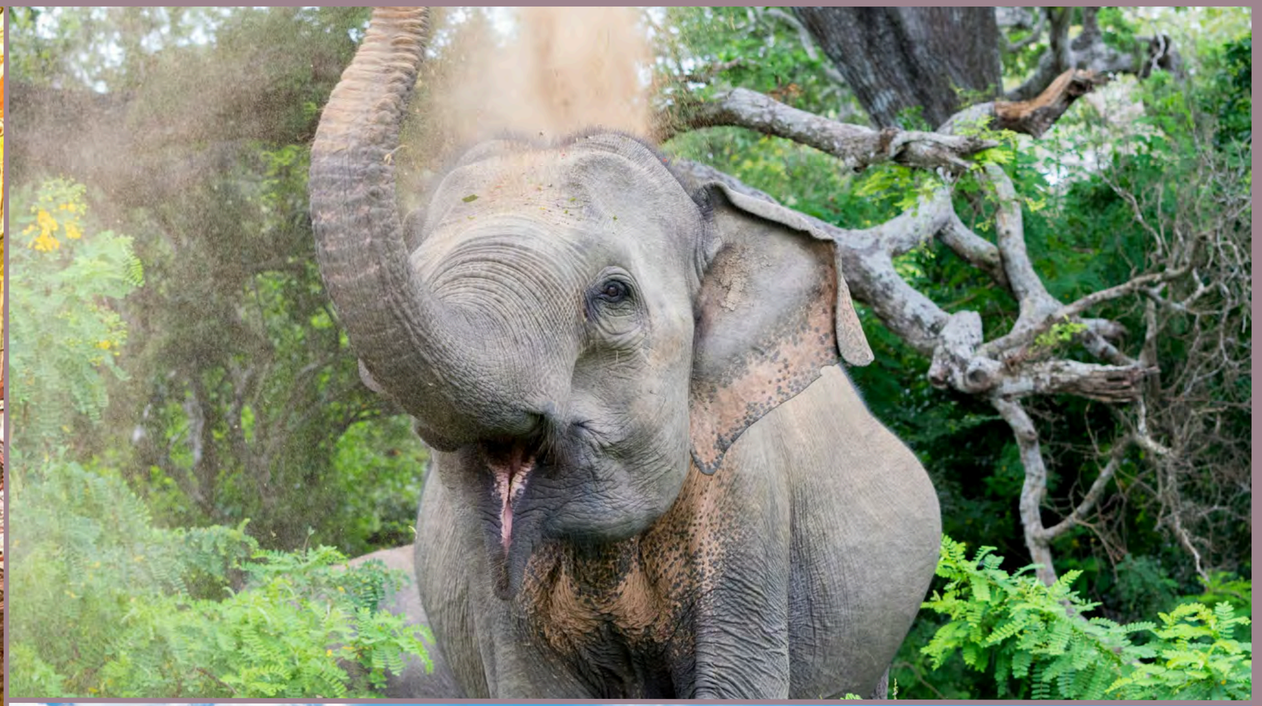
- Sri Lanka ist geprägt von einer eine jahrtausende alten buddhistischen sowie ayurvedischen Kultur. Wir erleben hier keine inszenierte Wellnesswelt, sondern Ursprünglichkeit und Echtheit.

- Coaching und Heilung findet hier entschleunigt und in tiefster Verbundenheit statt. Zeit fühlt sich anders an, ohne dass man „abgeschnitten“ ist.

- Dein Retreat bietet die Möglichkeiten zum Eintauchen in tief wirksame authentische ayurvedische Behandlungen, buddhistische Rituale und unverfälschte Natur.

- Dschungel, Reisfelder, Teeplantagen, Natur-Reservoire, die bunte Unterwasserwelt mit Korallenfischen und Meeresschildkröten sowie beste Wellen für Surfer aus aller Welt - Du wählst, in welche der Welten Du für unvergessliche Erlebnisse eintauchen willst.

- Unsere Unterkünfte haben alle einen ganz speziellen Charme und bieten Yoga, Meditation und Massagen an.



OPEN YOUR WORLD
PSYCHOLOGISCHE RETREATS

Möglicher Ablauf

- 1. Tag: Ankunft im Ulpotha - Seminar Potenzialentfaltung - Welcome Dinner
- 2. Tag: Yoga - Welcome-Massage - Coaching - Seminar Potenzialentfaltung - 9D Breathwork
- 3. Tag: Yoga - Me-Time - Seminar Potenzialentfaltung
- 4. Tag: Yoga - Potenzialentfaltung Special: Tag in Stille
- 5. Tag: Yoga - Coaching - Me-Time - Meditation
- 6. Tag: Yoga - Seminar Potenzialentfaltung: Ganztages-Exkursion zu bedeutenden kulturellen Stätten Sri Lankas
- 7. Tag: Yoga - Coaching - Seminar Potenzialentfaltung
- 8. Tag: Abschieds-Circle

OPEN YOUR WORLD
PSYCHOLOGISCHE RETREATS

Ulpotha
Sri Lanka

- Unser Retreatort im Landesinneren Sri Lankas ist geprägt von ursprünglicher Ruhe und tiefer Erdung. Ulpotha zählt zu den mehrfach ausgezeichneten Rückzugsorten weltweit und unterstützt Dich mit seiner besonderen, klaren Energie dabei, wieder in Verbindung mit Dir selbst zu kommen. Eingebettet in unberührte Natur, fernab von Reizüberflutung und äußerer Geschwindigkeit, entsteht dadurch ein Raum, der Dich sanft zu Deinen Wurzeln und Deiner Essenz zurückführt.

- Unser Retreat-Ort ist optimal für alle, die das Außergewöhnlich lieben!

- Weitere Eindrücke findest Du auf folgender Webseite: https://www.ulpotha.com/

OPEN YOUR WORLD
PSYCHOLOGISCHE RETREATS

Informationen I

Zeit: 01.11.-08.11.2026

Investition: 2.880,- € pP in eigener Unterkunft in kleiner Gruppe mit 3-8 Personen

Es handelt sich hier um ein Spezial-Angebot als Pionier-Retreat mit 200,- € Rabatt!

Das Retreat ist als Weiterbildung anerkannt und somit von der USt. befreit.

Im Preis inbegriffen:

- Intensives Vorgespräch zur individuellen Retreat- und Reiseplanung nach Deinen Wünschen und Bedürfnissen
- 7 Übernachtungen mit Einzelbelegung im Ulpotha Sri Lanka
- Gesunde ayurvedische Vollverpflegung mit Zutaten aus biologischem Eigenanbau
- Alle Einzel-Sessions und Seminar-Einheiten, Yoga, Meditationen und von OpenYourWorld geplanten Aktivitäten
- Rundum-Verfügbarkeit Psychologische Unterstützung

OPEN YOUR WORLD
PSYCHOLOGISCHE RETREATS

Informationen II

Ort und Unterkunft: Das Retreat findet im Ulpotha in Sri Lanka statt. Du hast dein eigenes traditionelles Häuschen und somit maximale Privatsphäre.

Verpflegung: Rund um die Uhr wirst Du aufs Köstlichste verwöhnt. Wir speisen im Restaurant die hausgemachten ayurvedischen Speisen sind mit Zutaten aus biologischem Eigenanbau. Mit einem vielseitigen Angebot werden alle persönlichen Ernährungswünsche erfüllt.

Anreise: Wir treffen uns nach Absprache im Ulpotha. Bei der Planung Deiner Anreise unterstützen wir Dich gerne.

Verlängerungswoche: Direkt im Anschluss bieten wir vom 08.-15.11.26 das LIVE YOUR S.E.L.F. - FLOW Retreat direkt am kilometerlangen Sandstrand an der Südküste Sri Lankas an. Beide Wochen bauen aufreinander auf und sind zu einem Spezialpreis mit 800,- € Rabatt buchbar. Der Transfer dorthin ist im Preis inbegriffen.

Anmeldung: Nach einem unverbindlichen Vorgespräch erfolgt eine schriftliche Anmeldung und Anzahlung von 10% des Retreatpreises. Unsere Allgemeinen Retreat-Bedingungen findest Du auf der Homepage www.z-f-p.de

Weitere Informationen: Für alle weiteren Informationen sowie die Vereinbarung eines unverbindlichen Vorgesprächs bitten wir um eine Mail an info@z-f-p.de

OPEN YOUR WORLD
PSYCHOLOGISCHE RETREATS

Das sagen Teilnehmerinnen und Teilnehmer

- „Dieses Retreat hat mein Leben verändert!“
- „Die Entscheidung für das Seminar war der entscheidende Schritt für den Aufbruch. Und ohne das Seminar wäre mein „Jetzt“ nicht so, wie es ist.“
- „Eva ist eine Meisterin, die Anderen Schätze freilegen kann.“
- „Ich habe mich von der Planung bis hin zur Rückkehr nach Hause liebevoll und kompetent begleitet gefühlt.”
- „Das ganz persönlich auf mich abgestimmte Programm wirkt lange nach und ich konnte sehr viel davon nach Hause nehmen.“
- „Eva ist eine Ausnahmeerscheinung und sorgt dafür, dass man dieses Retreat intensiv, jedoch auch bedächtig und mit guter Energie aufmerksam wahrnimmt. Alles im eigenen Tempo und somit den Bedürfnissen entsprechend.“
- „Sie lädt dazu ein, sich auf eine Reise zu sich selbst zu begeben. Und wenn man sich dafür öffnet, nimmt man etwas ganz Wertvolles für sich und sein Leben mit.“
- „Wenn man sich verloren hat, ist das Seminar die intensivste Gelegenheit, sich wieder zu finden. Für mich einfach nur grandios.“
- „Für mich mit Abstand eine der besten Erfahrungen meines Lebens. Tausend Dank!“

OPEN YOUR WORLD
PSYCHOLOGISCHE RETREATS

Veranstalterin

Dipl. Psych. Eva Senges

- Approbierte psychologische Psychotherapeutin mit den Schwerpunkten Verhaltenstherapie, Systemische Therapie, Hypnotherapie, Energetische Therapie, Entspannungsverfahren, Meditation und Achtsamkeit
- Paartherapeutin
- Zertifizierter Coach mit Schwerpunkten Selbstmanagement, Potenzialentfaltung, Konfliktmanagement, Teamentwicklung
- Zertifizierter Business-Coach
- Staatl. anerkannte Supervisorin
- Psychologische Beraterin SAP Global Health
- Autorin im Kösel-Verlag, Entwicklerin der Inneren Landkarte
- 9D Breathwork Facilitator, Yoga-Lehrerin in Ausbildung
- Gründerin Zentrum für Selbstmanagement, Zentrum für Potenzialentfaltung, OPEN YOUR WORLD Retreats

Kontakt

Zentrum für Potenzialentfaltung
Theaterstr. 18
69117 Heidelberg

info@z-f-p.de
+49 151 24149848