



Einladung

Bewusste Auszeit

Infos, Packliste und Anfahrt
für den 22.03.2026



Willkommen, wir laden euch ein
zu einer bewussten Auszeit des Alltags auf dem Gelände
der Villa Flaire, direkt am Wald bei Schwarzenbruck.



Neugier,
Austausch,
Spaß

sind ausdrücklich erwünscht!

Allgemeine Infos

Gemeinsame Aktivitäten und Bewusstseinsübungen machen den Kopf frei und verbinden uns wieder mehr mit unserem Körper und unseren Gefühlen. Der Tag lädt euch dazu ein, mit uns in der Natur innezuhalten, zur Ruhe zu kommen und neue Kraft zu schöpfen. So kommen wir gestärkt mit frischer Inspiration und neuen Perspektiven zurück in unseren Alltag. Freut euch außerdem auf ein spannendes Programm rund um das Thema essbare Wildpflanzen. Am Abend lassen wir den Tag bei einer Lagerfeuer gemütlich ausklingen.

Die Teilnahme an allen Aktivitäten ist freiwillig.

Datum / Uhrzeit

Datum	22.03.2026
Ankunft	12:30
Startzeit	13:00
Abendbrot	17:30
Ausklingen	18:00
Ende	19:00

Flexibler Kostenbeitrag

Kosten: 30€ - 50€
(bitte möglichst passend
in bar mitbringen)



Veranstaltungsort & Räumlichkeiten



Das Programm findet sowohl im Freien als auch in den Räumlichkeiten der Villa-Flaire statt.

Bei gutem Wetter sind wir zumeist in der Natur, ansonsten können wir in einen großen Festsaal der Villa-Flaire ausweichen.

Weiteres

Verpflegung

Für ein leckeres Abendbrot sowie Tee und gesunde Snacks ist gesorgt. Die ein oder andere Zutat werdet ihr vermutlich sogar selbst geerntet haben!

Feedback

Da ihr als Teilnehmer*innen unseres dritten Testlaufs sehr ausschlaggebend für die Zukunft dieses Projekts seid, ist uns eure Meinung und Kritik sehr wichtig, daher freuen wir uns über euer Feedback im Anschluss.

Medien

Außerdem würden wir den Tag gerne foto- & videografisch festhalten und die erstellten Medien verwenden, um kommende Veranstaltungen zu bewerben. Wenn du dazu noch Fragen oder Bedenken hast, schreib uns gerne eine Mail, eine Messenger-Nachricht oder ruf uns an!

Packliste

- Warmes & wasserfestes Schuhwerk
- warme & wetterfeste Kleidung
- Regenjacke / Regenschirm
- Trinkflasche

Anfahrt

Auto / Parken



Zug von Nürnberg 20min + 25min laufen



Noch Fragen?

Ist noch etwas unklar? Fragt einfach nach!

Und wenn Interesse da ist, aber der Preis gerade schwierig ist, meldet euch einfach, wir schauen gemeinsam, was möglich ist.

Kontakt

Email: contact@jona-adelmann.de

Telefon: 01525 3650510

Gerne auch per Whatsapp

