

BALI

Den Spirituelle Udviklingsrejse

9 dages eksklusiv spirituel udviklingsrejse til fantastiske Bali.

Rejsen er udfordrende, kærlig og transformerende og har til formål at styrke din adgang både til dit eget rene indre, og til det der er større end dig. Det er en rejse fuld af nærvær, glæde, fordybelse, velvære og mental, såvel som fysisk og spirituel næring.



RIKKE HERTZ
COUNSELING

GLÆD DIG

Til 9 dages luksuriøs rejse med masser af ro, energi & velvære

Bali bliver også kaldt for Gudernes Ø. Det gør den, fordi balineserne dyrker det guddommelige og spirituelle mere end noget andet folkefærd i verden. Dette kan du både se og mærke, når du lander på den paradisiske ø.

Atmosfæren er helt unik, og har du først sat dine fødder her, kan du mærke den kraftfulde energi, kærlige og omsorgsfulde befolkning, samt en enorm spirituel kraft.

Formålet med rejsen er at styrke din personlige spirituelle udvikling, og give dig ny indsigt i dig selv for dermed at skabe ny udsigt.

På Den Spirituelle Udviklingsrejse arbejder du intenst med det essentielle og uforløste potentiale i dig. Vi arbejder med at opnå og styrke den dybere kontakt til din indre kraft, samt at få klar adgang til din egen visdom og din spirituelle forbindelse.

Du får fokus og tid til dig selv, så du vender hjem med skærpet sanselighed, større overskud og i en stærkere udgave af dig selv.

Undervisningen rummer alle aspekter; krop, sind og ånd, og åbnes bl.a. igennem øvelser af pranayama (åndedrætsøvelser), yoga, daglige meditationer i smuk natur og healing.

Den Spirituelle Udviklingsrejse er for dig, som ønsker at fordybe dig i de spirituelle redskaber, få fornyet klarhed over din retning, integrere din udvikling på et nyt niveau og få en oplevelse for livet.



RIKKE HERTZ
COUNSELING



RIKKE HERTZ
COUNSELING

OM REJSEN

*Hvad du tager med hjem fra
Den Spirituelle Udviklingsrejse til Bali*

- Efter de 9 dage vil du vende tilbage til hverdagen med en stærkere oplevelse af adgang til din egen visdom og til din spirituelle forbindelse.
- Du vil have en dyb indre ro, energi og nye indsigter, samt en næret, styrket og udrenset krop.
- Den spirituelle rejse er for dig, der føler dig draget af muligheden for at vokse mentalt og spirituelt.
- Du skal være klar til at udfordre dig selv, men der er ikke særlige krav til fysisk form eller forud kendskab til yoga og meditation.
- Udover Rikke vil du møde flere spirituelle og inspirerende mennesker.
- Glæd dig til et energiboost i de skønneste omgivelser.



INDHOLD

Den Spirituelle Udviklingsrejse

UNDERVISNING

- Dybe transformerende meditationer hver morgen
- Yoga & pranayama (åndedrætsøvelser) med instruktør Chris Fox
- Transformerende spirituelle udviklingsværktøjer
- En individuel session med Rikke
- Trance- og kanaliseringseancer
- Introduktion i personlig powerhealing
- Et døgn i fuld stilhed

UDFLUGTER

- En solnedgangstur til det historiske hellige tempel Tanah Lot
- Et besøg hos den dygtige silkekunstner Renee Ariel, hvor du laver dit eget smukke og spirituelle silkemaleri
- En forkælelsesdag i nogle af Balis mest luksuriøse spafaciliteter på "Fivelements" med udsøgt fodbad og individuel helkrops healingmassage, en helt unik traditionel balinesisk ildceremoni, samt en udsøgt vegansk tre-retteres gourmetmiddag
- Smukke meditative gåture, solnedgange og badeture på lava stranden, Echo Beach
- En fridag - til shopping eller udflugt på egen hånd

FORPLEJNING

- Hver morgen starter med et glas varm, friskpresset citronvand
- Let morgenmad bestående af friske eksotiske frugter, granola og chiagrød
- Rensende, kraftfulde og lækre juicer med fokus på grønne sager og mange nærende rødder - alt fra lokale afgrøder
- Powerfuld og vegetarisk kost tilberedt af de lækreste råvarer af vores private kokke
- Sund og udrensende the
- Velkomstmiddag første aften
- Juicedetox i forbindelse med stilledag
- Traditionel balinesisk massage
- Transport tur/retur fra lufthavnen med privatchauffør



RIKKE HERTZ
COUNSELING



RIKKE HERTZ
COUNSELING

PRAKTISKE INFORMATIONER

Om din rejse til Bali - Gudernes ø

Afrejsen finder sted fra Københavns Lufthavn. Vi bliver ved ankomst til Denpasar, Bali afhentet af vores privatchauffører i lufthavnen, og kørt til de lækre villaer, som danner rammerne for vores 9 dage på Bali.

LOKATION

Vi bor i de smukkeste private luksusvillaer i den paradisiske by Canggu på Bali. Villaerne ligger helt aflukket med fuldstændig fred og ro, kun med lyden fra den kraftfulde flod, Pangi.

INVESTERING

Pris pr. deltager er kr. 32.500,- i delt dobbeltværelse, og inkluderer fuldt program og forplejning. Se uddybende beskrivelse på forrige side.

IKKE INKLUDERET:

- Flybillet tur/retur Bali – kontakt os inden du booker billet, så du kan følges med de øvrige deltagere
- Tilkøb af enkeltværelse kr. 5.500,-
- Aktiviteter og frokost på fridagen
- Ekstra massagebehandlinger (kan bookes individuelt) til ca. 150 kr. pr. behandling for en times balinesisk massage)



YOGA

Bevidsthed & balance

Vores underviser i yoga er Chris Fox. Chris vil gennem yogaen guide dig til at etablere en stærk forbindelse til dit indre. Det sted, hvor du oplever en dyb indre ro og forbundenhed, og hvor alt er i balance.

Gennem bevidst bevægelse og åndedrætstræning vil Chris guide dig til at afbryde al kontakt til den del af hverdagslivet, der bringer stress og afbrydelse af den indre ro.

Vi vil dyrke bevidsthed og balance til vores kropsforbindelse, og du vil komme igennem en rejse af aktive Vinyasa flow timer, lige så vel som vi vil dyrke den passive og indadvendte Yin Yoga.

Chris vil lede dig gennem kraftfulde vejrtrækningsøvelser til at styrke selvbevidstheden af krop og sind, overgive dig til dit åndedræt og opnå en dyb indre fred og harmoni.



RIKKE HERTZ
COUNSELING



RIKKE HERTZ
COUNSELING

RIKE HERTZ

Bevidsthed & balance

Rikke er spirituel rådgiver, forfatter, coach og underviser - og så er hun clairvoyant, healer og medie. Hun bruger både sin rationelle hjerne, sin intuition og sin spirituelle side, når hun arbejder. Rikke er derfor kendt for at adskille sig fra andre rådgivere og turde se tingene fra et andet perspektiv.

Spiritualitet handler for Rikke i høj grad om den måde, hun møder andre mennesker på og lever sit liv - både privat og erhvervsmæssigt.

Rikkens viden og erfaring er stor. Den indeholder professionelle metoder til udvikling af mennesker og organisationer, indsigt, forretningsforståelse samt spiritualitet og bevidsthed.

Rikke har ingen standardprocedure, når hun arbejder med sine klienter, men bruger de metoder der fungerer bedst. Hun er bl.a. uddannet proceskonsulent, clairvoyant og medie, samt Reiki-mester i healing. Rikke er en erfaren bruger af hypnoseteknikker og værktøjer, samt mentor og konsulent i forretningsudvikling.

Hun underviser i spirituelt lederskab, samt afholder spirituelle udviklingsrejser på Bali og Bornholm



VILLAERNE

*Her er et lille udpluk af billeder fra
de smukke villaer vi skal bo i - Glæd dig!*



BALI

www.rikkehertz.com

*Hvis du er interesseret i at høre mere om
Den Spirituelle Udviklingsrejse eller komme i betragtning til en plads,
så skriv til info@rikkehertz.com*



RIKKE HERTZ
COUNSELING