



## PARTNERBOOT FÜR SINGLES

### über den Wassern die Kunst des Miteinanders entdecken

Alleine "rudern" tut ab und zu ganz gut, ist auf die Dauer aber oft einsam, langweilig und anstrengend. Zusammen rudern heisst, die Lebenskraft zweier oder mehrerer Menschen zu einem grossen Ganzen zusammen zu fügen und miteinander in den Flow zu kommen. In einem Boot mit anderen zu rudern und im Seminarraum zu reflektieren, bedeutet viel Spass zu haben und Schritt für Schritt sich selbst und die Kunst des Miteinanders zu entdecken.

Ergänzt durch verschiedene, ausschliesslich praktische Übungen aus dem Streitberg Human Prozess Coaching, entdecken Sie lachend und tiefgründig zugleich zusammen mit andern Singles die besten Methoden für gelingende Beziehungen.

Bei Partnerboot werden Sie Momente des Ruderglücks erleben. Aber genau so werden Sie erfahren, wie wenig es braucht, um aus der Harmonie zu fallen. Zusammen in einem Boot zu rudern, ist unglaublich spannend, steckt voller Herausforderungen und Unbekanntem, lässt Sie viel Neues über sich selbst und das Miteinander erfahren. Sie werden dabei so richtig Spass haben und aus tiefstem Herzen ganz viel lachen.

Im Kurs geht es um Reflektion, Anerkennung, Wertschätzung, Kommunikation, Erfahrungsaustausch, ums Eintauchen in die Biographie anderer Singles und auch wieder um viel Spass. Sie werden entdecken, im Boot ist es wie in der Beziehung: Unter Aufbietung all seiner Kraft muss man doch immer auch auf das Gleichgewicht achten, bisweilen gleicht beides einem wahren Drahtseilakt. Und so entdecken Sie bei Partnerboot über den Wassern sowie beim intensiven Austausch danach ganz von selbst, was es für gelingende Beziehungen braucht.

Über glitzernden Wassern miteinander die Schönheit des Ruderns entdecken, Spass haben, einander besser kennen lernen und wertschätzen, gemeinsam wachsen, den Rhythmus zum gemeinsamen «Flow» finden, die Kunst des Miteinanders aus unergründlichen Tiefen an die Oberfläche holen: Partnerboot für Singles ist weit weg von oberflächlichen, eindimensionalen Wegen, direkt am Puls des Lebens.

#### **Kursdaten:**

Von März bis Oktober 2010

### 2-tägige Partnerboot-Kurse für Singles

Die Partnerboot-Kurse sind offen für Singles jeden Alters und dauern zwei Tage. Wir rudern auf idyllischen, ruhigen Wassern des Sempacher bzw. Bodensees in wunderschöner Landschaft.

**Kursschwerpunkte:**

- Über den Wassern aktiv sein und am eigenen Leib die Herausforderung, Kraft und Kunst des Miteinanders erfahren sowie die Schönheit des Ruderns entdecken
- Reflektion der Erlebnisse im Boot in Wort und Bild (Video)
- Anerkennung. «Das Benzin der Partnerschaft» erleben und für sich entdecken
- Biographie. Zeig mir Deine Welt
- Die beste Methode für gelingende Beziehungen
- Spass, Gespräche und Genuss am See

**Durchführungsorte:**

- **Lindau** (Deutschland, Dreiländereck), **Bodensee** mit Hotel Helvetia auf der Insel und wunderschön gelegenem Bootshaus direkt am kleinen See zwischen Insel und Festland.  
[www.hotel-helvetia.com](http://www.hotel-helvetia.com)
- **Sursee LU** am windgeschützten Trichter des **Sempacher Sees** im hoch gelegenen, idyllischen Hotel Vogelsang [www.vogelsang.ch](http://www.vogelsang.ch)

**Anmeldeschluss:** Zwei Wochen vor Kursbeginn

**Leistungen und Kosten:**

Kurs und Rudern: CHF 580.- pro Person.

Essen und Getränke während dem Tag inklusive.

Hotel exklusive:

Übernachtung im Hotel zum Vorzugspreis von CHF 145.- inkl. Frühstück und 3-Gang Menu buchbar.

**Kursleitung:**

Paul Stahlberg, Caroline Doka, Sibylle Schneider

- Ruderexperte ist der erfahrene ehemalige Spitzenruderer Paul Stahlberg. Die Seminarelemente basieren auf der Streitbergmethode (Human Prozess Coaching)

**Anmeldung an:**

[mail@partnerboot.com](mailto:mail@partnerboot.com)

[www.partnerboot.com](http://www.partnerboot.com)