RELOAD & RETREAT JOURNEYS

"Open Spirit, No Limit"

MOTTO

„Open spirit, no limits" heisst das Motto der „Art in Life Journeys" von SKYWIDE und THS.
Einzigartige Länder und Landschaften, spannende Kulturen und unbegrenzte Gastfreundschaft bieten wunderbare Rahmenbedingungen, Geist und Körper baumeln und neu mit Energie aufzutanken.
Angereichert wird Ihr Aufenthalt mit Einzel- und Gruppenworkshops mit musikalischen, meditativen sowie fernöstlichen Impulsen. Wertvoller Erfahrungsaustausch mit anderen Teilnehmern aus aller Welt und viele Inputs für einen ausbalancierten Energiehaushalt sind das Supplement.

Für wen ist diese Reise?

Für Privatpersonen, aber auch Firmenvertreter, die sich in einen Raum begeben wollen, der sicherstellt, dass Sie für die Zukunft mit neuen Ideen und Visionen ausgerüstet sind.
Für alle, die eine offene Lebenshaltung haben und es lieben Ihre Erfahrungen und Ihr Wissen mit Ihren Mitmenschen zu teilen. Ganz nach unserem Motto „Open Spirit, No Limit".

Wie arbeiten wir?

Die Basis all unserer Arbeit ist der Zyklus der Kreativität. (THS-Zyklus). Dieser beinhaltet Öffnung, Ruhe, Fokus, Eigenverantwortung, Aktion, Kommunikation und den Quanten-Sprung. Wir bringen auch unsere grosse Erfahrung über Gesundheit, Ernährungs- und Energiemanagement mit ein.
Bitte besuchen Sie die THS sounds words & life Homepage für weitere Infos.

Was brauchen wir von Ihnen?

Wir wissen, dass viele Menschen eigentlich fürs Leben gerne Musik machen würden, aber irgendwie fehlt etwas um die Kraft der Klänge in Ihr tägliches Leben zu bringen.
Wir ermutigen alle Teilnehmer Ihre Musikinstrumente mitzunehmen, die genau wie unsere Visionen nur darauf warten von uns vorurteilslos in die Hände genommen zu werden! Für alle weiteren Meditationen, Kurse und Aktivitäten sind keine weiteren Vorkenntnisse nötig; die Natur und der Experte werden mit Ihnen zusammen das fördern wonach Sie auf der Suche sind.

Was bekommen Sie?

- Ein tieferes Verständnis über Lebenskunst und Erfolg
- Eine tiefere Einsicht über den Prozess der Kreativität
- Eine andere Sicht über das Sein und die Aktivität
- Sehr viel Inspiration und Energie
- Das Erwecken neuer Qualitäten und Kompetenzen
- Öffnung Ihrer Sinne und Ihres Geistes

Retreat 2011; THAILAND-KAMBODSCHA

Sonntag 4. Dez. – Freitag 16. Dez. 2011

Für CHF 2'900.—

bekommen Sie Ihre Inspiration und noch mehr.

Ihre Hauptunterkunft werden La Tradition' d Angkor in Siem Reap, Villa Langka in Phnom Penh, Independence Hotel in Sihanoukville und Kaibae Hut Resort in Koh Chang sein.
Da ist Entspannung garantiert. Eine reine Quelle des Wohlfü hlens und der Kreativität.

Örtlichkeiten & Programm; eine wahre Vision

THS sounds words & life hat diese Reise zusammen mit Asia Explorers entwickelt, so dass sie eine wahre Gelegenheit darstellt um neue Inspiration für das Leben zu erhalten. Die Heimbasis werden Sihanoukville in Cambodia und Koh Chang Island in Thailand sein. Während Ihres Aufenthaltes im „Land des Lächelns" und Cambodia werden Sie das Beste erleben was Bangkok, Phnom Pehn, Seam Reap und Koh Chang zu bieten haben. Cambodia's Sihanoukville ist weit weg von der Hektik der Grossstadt. Und Koh Chang bietet eine absolut entspannte Atmosphäre und auch eine Vielzahl an spannenden Aktivitäten.
Exzellente Orte um zu entspannen, Ihre Gedanken selbst zu reflektieren und anzuregen, sowie wiederzuentdecken was Sie sich wirklich in Ihrem Leben wü nschen. Eingebettet in diese traumhafte Umgebung und unterstützt durch Impulse der Gastgeber und der anderen Teilnehmer werden Sie Ihren Zielen näher kommen.

Was ist zu erwarten? Allgemeines Programm

Einmal in Phnom Pen angekommen, wird jeder Tag mit einem Morgen-Seminar beginnen und meistens mit einer Abend-Session enden.
An den Nachmittagen werden Ihre drei Gastgeber Thomas, Xanny und Dominik, nach Absprache, für persönliche Beratungs-Sessions zur Verfügung stehen. Sie werden aber auch immer genügend Zeit haben um zu entspannen, die Gegend zu erkunden und Ihrem Inneren näher zu kommen. Ihre Gastgeber werden natürlich wann immer möglich auf individuelle Einzel- und Gruppenbedürfnisse eingehen und das Programm entsprechend gestalten.

Ihre Gastgeber sind:
Thomas Schauffert

Lifestyle- und Mentalberater

Die Karriere des diplomierten Elektroingenieurs führte durch verschiedene Führungsetagen internationaler Konzerne. Der mehrsprachige Kommunikationsspezialist und leidenschaftliche Musiker hat auch einige internationale Songs komponiert und produziert.

Heute berät Thomas als selbständiger Lifestyle- und Mentalberater einen weltweiten Kundenstamm über die Kraft der Klänge und der Musik.

Sein Motto: „Open spirit, no limits!"

Erkunden Sie mit dem „Cycle of creative self empowerment" ihre innere Ruhe und Energie.

Xanny Disjad

PR und Marketing Profi, Fotomodel

Als Host-Moderatorin freut sich Xanny Ihnen ihr Heimatland vorstellen zu dürfen. Aufgewachsen im Süden Thailands lebt, studiert und arbeitet sie aktuell in Bangkok. Sie spricht Englisch und Thai.

Motivation findet Sie in der Familie und im Freundeskreis. Als studierte Humanistikerin sind es innere Schönheit und anmutige Entschlossenheit, die Sie den Menschen vermittelt.

Xanny sagt: "Das Leben ist zum Leben. Warum warten auf eine zweite Chance? Mach es einfach, jetzt!"

Dominik Boecker

Lifecoach und Ernährungsspezialist

Der ausgebildete Koch ist spezialisiert auf die Patisserie-Kunst. Dominik ist weltweit tätiger Energie- und Ernährungsspezialist.

Sein Motto ist: **"** Die Kraft des Selbstvertrauens basiert auf den Pfeilern des Wohlfühlens.**"**

Die (Selbst)Entdeckungsreise führt in die Geschmacks- und Duftnuancen der asiatischen Kochkunst.

Die Sprachen für diese Reise sind Englisch, Deutsch und Thai.
Wenn Sie eine dieser Sprachen sprechen, dann sind wir sicher, dass Sie sich wohl fühlen werden.

Die Anzahl Plätze ist beschränkt, bitte buchen Sie früh!
Preis CHF 2'900.-- (Inkl. Inlandflüge, Unterkunft und Seminare, im Doppelzimmer mit zwei Personen.
Einzelzimmer kostet CHF 490.—Aufpreis.

Die internationalen Flüge nach Bangkok sind nicht inbegriffen und können direkt bei skywide ag gebucht werden.

Im Preis inbegriffen sind:
Weg- und Zufahrt zum Flughafen Bangkok
Roundtrip transfer to/from Bangkok Airport
Zwei Nächte im Hotel in Bangkok
Ganztages Rundfahrt in Bangkok (city, temples, canals)
Flug nach Siem Reap, Cambodia
Alle Transporte in Cambodia
Alle Eintritts Tickets für die Besuche in Cambodia
Boat Trip on Tonle Sap Lake
Kochkurs
Fahrradmiete
1 Stunde Fussmassage
9 Hotelnächte in Cambodia
Flug von Siem Reap nach Phnom Penh
2 Hotelnächte auf Koh Chang
Benutzung des Konferenzsaals auf Koh Chang
Englisch sprechende lokale Führer auf der ganzen Tour
Coachings und Beratungen auf Absprache
Mahlzeiten wie aufgeführt (B- breakfast, L – lunch, D – dinner)

Nicht im Preis inbegriffen:
Jegliche internationale Flüge
Versicherungen (Auf Anfrage)
Speisen und Getränke die nicht in der Agenda erwähnt sind
Attraktionen die nicht in der Agenda erwähnt sind
Eventuelle kurzfristige Aufpreise wegen Hauptsaison bei Buchung
Alles was nicht erwähnt ist

Bezahlung: Direkt via PayPal an THS sounds words & life.
PayPal: thomas@ths-music.ch
Anmelden und weitere Infos bei:
Thomas Schauffert, thomas@ths-music.ch, mobile +41 79 372 69 23

Reise- und Seminarprogramm (Kleine organisatorische Änderungen sind möglich)

Hauptpunkte
- Art in Life Seminar von THS sounds words & life
- Besichtigungen in Bangkok
- Niramit show (www.siamniramit.com)
- Fahrrad und Eco-Tours in Cambodia
- Besuch des weltberühmten Temple Angkor Wat
- Souvenirs Shopping
- Kochkurs und Besuch des Old Market of Siem Reap
- Abendessen auf dem Schiff auf dem Mekong Fluss
- Besuch des Khmer Royal Palace

1. Tag - BANGKOK (-/-/D)
Ankunft in Bangkok . Hoteltransfer. Abendessen mit Siam Niramit show. (www.siamniramit.com)

2. Tag - BANGKOK (B/-/D)
Frühstück im Hotel gefolgt von der City&Temples Tour. Dann Canals&River Tour auf dem Boot. Mittagessen. Besuch der Gems Gallery mit Zeit zum Shoppen. Transfer zurück ins Hotel und freie Zeit zum Entspannen. Abendessen im Hotel, danach freie Zeit für „Bangkok by night".

3. Tag - Bangkok & Siem Reap (B/L/D)
Frühstück, Flug nach Siem Reap. Transfer ins Hotel und dann freie Zeit für das
Mittagessen und um die Stadt zu erkunden. Zum Abendessen sind wir bei einer einheimischen Familie eingeladen. Danach besuchen wir den lokalen Markt.

4. Tag - Siem Reap (B/L/D)
Unsere Fahrradtour (ca. 45 min.) zu den Gebieten des Welterbes führt durch den Dschungel, einheimische Dörfer und vorbei an lokalen, ländlichen Läden. Es wird ein ganz speziell aktiver Tag. Denn Angkor's schönste Tempel warten auf uns. Wir werden durch das West Gate of Angkor Thom gehen – welches vom Massentourismus noch nicht entdeckt wurde.
Ebenfalls zu sehen:
- altertümliche Hauptstadt von Angkor Thom (12. Jh.)
- Das Südtor des Bayon Tempels – einmalig für seine 54 Türme dekoriert mit 200 lächelnden Gesichtern des Avolokitesvara.
- Baphuon Tempel der nördlich von Bayon liegt
- Die mystische Pyramide des Mount Meru .
- Die königlichen Gebäude des Phimeanakas
- Die Elefantenterrassen und die Terrassen des Leper Königs.
- Nach der wunderbar wohltuenden Fussmassage erkunden wir den Markt.

5. Tag - SIEM REAP (B/L/D)
Ein professioneller Koch weiht uns in die asiatische Kochlehre ein. Der Kochkurs beginnt mit dem Einkauf der frischen Zutaten auf dem lokalen Markt. Nach dem selbstgekochten Mittagessen bleibt genug Zeit Relaxen und/oder Shoppen.

6. Tag - SIEM REAP – PHNOM PENH (B/L/D)
Am Morgen Transfer zum Siem Reap Flughafen für den Inlandflug nach Phnom Penh.
Ankunft in Phnom Penh, Phnom Penh – Besuch des Tuol Sleng Gefängnisses (Genocide Museum), welches das grösste Geheimnis der roten Khmer war während des Regimes.
Abendessen auf dem Schiff auf dem Mekong Fluss.

7. Tag - PHNOM PENH (B/L/D)
Sightseeing per Fahrrad an eine Vielzahl von Sehenswürdigkeiten: Nationalbibliothek, Psar Thmei, Königspalast, Silberpagode von Phnom Penh, Nationalmuseum und einiges mehr.

8. Tag - Phnom Penh Sihanouk Ville (B/-/D)
Nach dem Frühstück fahren wir nach Sihanouk Ville, mit seinen traumhaft schönen, Kilometer langen Stränden. Dutzende Inseln laden zu einem kurzen Bootsausflug ein. Perfekt zum Chillen, Schnorcheln, Schwimmen. Ein Tag zum Entspannen.

9. & 10. Tag Sihanouk Ville (B/-/-)
Zwei Tage zur freien Verfügung, wir schauen was entsteht an diesen wunderbaren Stränden.

11. Tag Sihanoukville – Koh Chang (B/L/-/)
Bustransfer von Sihanoukville an die Grenze zu Thailand und dann weiter zur Fähre die uns dann auf die Insel Koh Chang bringt Koh Chang ist eine einfache, ruhige Insel mit traumhaftem Sternenhimmel.

12. - Koh Chang(B/-/-)
Freier Tag an wunderbaren Stränden.

13. Tag - Koh Chang – Bangkok (B/L/D)
Am Morgen freie Zeit. Nach dem Mittagessen mit dem Bus nach Bangkok. Hotelbezug und letztes gemeinsame Abendessen. Retreatabschluss.

Eine Verlängerung des Aufenthaltes ist nach Absprache jederzeit möglich. Bitte kontaktieren Sie uns dazu.

INFORMATIONEN ZU DEN UNTERKÜNFTEN
Welcome to Grand Mercure Park Avenue Bangkok

Conveniently located in a quiet lane just off bustling Sukhumvit Road, the Grand Mercure Park Avenue is a 4 star hotel offering 221 elegantly decorated rooms and restaurants featuring Italian and Thai cuisine. The BTS Phromphong sky train station is 500metres from the hotel, providing easy access to other entertainment areas in the city. For business travellers, the hotel offers easy access to the famous Queen Sirikit National Convention Centre, only 10 minutes drive away.

La Tradtion D'Angkor – Boutique Resort – Siem Reap -Cambodia

This exclusive retreat has only 29 spacious deluxe rooms, designed for stylish simplicity, hand carved woods with a delicate touch of Cambodian artwork and all the latest technology to allow a relaxing and rejuvenating stay. On your door step is our free-form swimming pool and bar area, set in a lush tropical garden where you can enjoy a refreshing drink or maybe a massage and other treatments. Our executive chef offers a wide selection of mouth-watering dishes throughout the day to ensure your complete comfort.
For more information please visit: http://www.traditiondangkor.com/

Villa Langka - Boutique Hotel in Phnom Penh

A boutique hotel in an oasis of calm, Villa Langka Hotel offers a private hideaway in central Phnom Penh. Hidden in a fragrant garden surrounding a shady pool, Villa Langka Hotel overlooks the ancient spires of Wat Langka Pagoda and is located just around the corner from the Independence Monument.Villa Langka Hotel offers 43 unique rooms blending contemporary elegance with Cambodian traditions. Escape from the heat and bustle of the city, relax and lose yourself in secluded tranquility.

For more information please visit: http://www.villalangka.com/

Independence Resort & Spa – Sihonouk Ville – Cambodia

The newest 4 star luxury resort in Sihanoukville, Cambodia. Breathtaking views with nearly all rooms overlooking the sparkling pristine waters of the ocean. For more information please visit: http://www.independencehotel.net/

Kaibae Hut Resort – Koh change

Located next to Klong Prao Beach, about 15 km from Ao Sapparot Pier. The shorter and smaller beach than Klong Prao Beach but more silent. The beach is of appropriate slope for swimming with some remains of coral reefs on the beach. This very tranquil beach is the popular sunbathing area for foreigners. Kai Bae Beach is near Koh Yuak, Koh Man Nok and Koh Man Nai and known as one of most beautiful sunset viewpoint of Koh Chang.

Thailand - Kambodscha "Art in Life, open spirit no limit"
Sonntag 4. Dez. – Freitag 16. Dez. 2011

Konditionen:

1. Die Anzahl Teilnehmer ist begrenzt, bitte buchen Sie früh.
CHF 2'900.—
Für Einzelzimmer: Aufpreis CHF 490.--.

2. Im Falle einer Anullation werden wir die schon enstandenen Kosten zurückbehalten und den Rest ausbezahlen.
Eine Reiseversicherung sollte von jedem Teilnehmer abgeschlossen werden.

3. THS sounds words & life Garantie. Solltet Ihr mit der Reise oder dem Gebotenen nicht zufrieden sein, dann werden wir Euch ohne zögern CHF 1'000.-- zurückgeben. Das garantieren wir!

Bezahlung: Direkt via PayPal an THS sounds words & life.
PayPal: thomas@ths-music.ch

Anmelden und weitere Infos bei:
Thomas Schauffert, thomas@ths-music.ch, mobile +41 79 372 69 23