

Women Recharged

Persönlichkeits-Retreat
von Frauen für Frauen



Ein wissenschaftlich fundiertes & körperbasiertes Retreat für alle Frauen, die ihre Persönlichkeit entfalten, innere Stärke aufbauen und Ausgeglichenheit finden möchten.



Dr. Elvira Radaca

Wirtschafts-
psychologin,
Arbeits- &
Gesundheits-
expertin



Salome Meuser

M.Sc. Psychologin,
Yogalehrerin &
Persönlichkeits-
expertin

Was erwartet dich?

- ✓ wissenschaftliches Persönlichkeitsprofil
- ✓ umfassendes Workshopprogramm
- ✓ praxisnahe Inhalte für deine Weiterentwicklung
- ✓ Embodimentelemente wie Yoga
- ✓ Professionelle psychologische Begleitung
- ✓ Umfangreiche Unterlagen & persönliche Mappe
- ✓ Zeit für Erholung, Reflexion & Integration
- ✓ Einzelzimmer inkl. Vollverpflegung

Wann & Wo?

Fr.-So., 06.-08. November, 2026
Schloss Burgbrohl (bei Koblenz)

Early Bird · 1150 € · bis 01.03.2026

Standard · 1380 € · bis 01.07.2026

Late Check-in · 1700 € · bis 01.09.2026

*nur 12 Plätze verfügbar



Infos & Anmeldung:
www.same-coaching.de

Women Recharged

Dein Retreat für weibliche Persönlichkeits- entfaltung, Stärke und Ausgeglichenheit.

Inmitten persönlicher und/oder beruflicher Verantwortung, hoher Erwartungen und ständiger Verfügbarkeit verlieren viele Frauen den Kontakt zu sich selbst und ihrer Weiblichkeit. Dieser Retreat schenkt dir bewusst Raum für Reflexion, Regeneration und persönliche Weiterentwicklung. Drei Tage, die nur dir gehören. Bewusst strukturiert, regenerativ wirksam und langfristig integrierbar.

Im Mittelpunkt steht ein wissenschaftlich fundiertes Persönlichkeitsprofil auf Basis der Persönlichkeits-System-Interaktionen-Theorie (PSI-Theorie nach J. Kuhl). Dieses zeitgemäße und ganzheitliche Modell verbindet fundierte psychologische Erkenntnisse mit praxisnaher Persönlichkeitsentwicklung und Embodiment-Methoden. Es unterstützt dich darin, dich selbst noch bewusster zu verstehen und deine innere Stärke zu entfalten.

Dieser einzigartige Retreat verbindet wir Wissenschaft mit erlebnisorientierter Praxis mit den Themenschwerpunkten Persönlichkeit, Selbstmanagement und emotionale Selbstregulation.

Du arbeitest nicht mit abstrakten Konzepten, sondern mit echten, relevanten Fragestellungen aus deinem eigenen Alltag. Unterstützt wirst du dabei von professionellen Trainerinnen, Psychologinnen und PSI-Expertinnen.

Sanfte Yoga- und Embodiment-Sessions helfen dir, dich wieder mit deinem Körper zu verbinden. Denn echte Veränderung geschieht nicht nur im Kopf, sondern auch im Körper. Zwischen den Programmpunkten findest du Raum für Ruhe, bewusste Erholung und Integration in einer Umgebung, die ästhetisch, natürlich und inspirierend ist.

Du wohnst in einer entsleunigenden Unterkunft, genießt vollwertige, gesunde Verpflegung und profitierst von einem klar strukturierten, aber zugleich geschützten Rahmen. Alle Inhalte bekommst du in einer hochwertigen persönlichen Mappe sowie in umfassenden Skripten zur späteren Reflexion und Anwendung im Alltag.

Ein weiteres Highlight ist der Austausch im exklusiven Netzwerk von Frauen für Frauen: Wertschätzend, tiefgehend und frei von Konkurrenz. Denn hier entsteht Verbindung, die auch über das Retreat-Erlebnis hinaus wirkt.

Dieser Retreat ist für dich, wenn du dich persönlich bewusst und reflektiert weiterentwickeln möchtest. Wenn du dir Raum wünschst, um innere Muster zu verstehen, dich neu auszurichten und wieder näher bei dir selbst anzukommen, dann ist das der richtige Retreat für dich.

Nicht ganz passend - aber trotzdem interessiert?

Wir entwickeln gemeinsam ständig
neue Projekte, Workshops, Retreats
oder Coachinangebote.

Für dich war noch nicht das Richtige
dabei?

Dann schreib uns eine Mail und wir
schauen nach deinen Bedürfnissen
und Wünschen. Egal ob für dich als
Einzelperson, für deine private
Gruppe oder Ihr Unternehmen.

Wir maßschneidern etwas nur für
dich oder euch!

Women Recharged



Persönlichkeits-Retreat von Frauen für Frauen

Dein Retreat für weibliche Persönlichkeits-
entfaltung, Stärke und Ausgeglichenheit.

Das erwartet Dich:

Ein praxisnahes, körperbasiertes Retreat mit wissenschaftlichem Fundament.

- ✓ umfassendes Workshopprogramm
- ✓ wissenschaftliches Persönlichkeitsprofil
- ✓ erfahrbare Theorie aus der Persönlichkeitspsychologie
- ✓ praxisnahe Inhalte für deine Weiterentwicklung
- ✓ Embodimentelemente wie Yoga
- ✓ Professionelle psychologische Begleitung
- ✓ Umfangreiche Unterlagen & persönliche Mappe
- ✓ Zeit für Erholung, Reflexion & Integration
- ✓ Austausch & Reflexion in einem sicheren weiblichen Raum
- ✓ Einzelzimmer inkl. Vollverpflegung

Für wen?

Für alle Frauen, die sich persönlich weiterentwickeln möchten.



Für Frauen,
die...



- ... sich selbst klarer verstehen wollen.
- ... ihre Stärken gezielt nutzen möchten.
- ... Muster erkennen und verändern wollen.
- ... neue Impulse und Erfahrungen suchen.
- ... Austausch mit anderen Frauen schätzen.
- ... Präsenz, Sicherheit und Entscheidungen stärken möchten.
- ... Erkenntnisse direkt im Körper verankern wollen.
- ... Ausgleich, Ruhe und echte Erholung brauchen.

————— ” —————

Vertiefe dein Selbstverständnis, erkenne blinde Flecke, stärke deine Entscheidungsfähigkeit und verankere deine Stärken nachhaltig – für eine bewusst gestaltete persönliche und/oder berufliche Weiterentwicklung.



**Wachstum beginnt
dort, wo du dir erlaubst,
die Frau zu werden, die
du längst bist.**

Early Bird
1150€ p.P.
inkl. Programm,
Unterkunft &
Verpflegung

Auf einen Blick



06.-08. Nov. 2026
Freitagnachmittag bis
Sonntagmittag



Schloss Burgbrohl
bei Koblenz · modern &
naturnah · Einzelzimmer ·
Vollverpflegung



Early Bird
1150 € · bis 01.03.2026
Standard
1380 € · bis 01.07.2026
Late Check-in
1700 € · bis 01.09.2026

Deine Begleitung

Dr. Elvira Radaca



Als promovierte
Wirtschaftspsychologin und
Expertin für Arbeits-,
Persönlichkeits- und
Gesundheitspsychologie begleite
ich dieses Retreat mit fundiertem
Wissen, klaren Reflexionsräumen
und praxisnahen Impulsen - für
deine nachhaltige Entwicklung.

Salome Meuser



Als M.Sc. Psychologin, Yogalehrerin
und Doktorandin zu Selbstzugang,
Autonomie und Yoga möchte ich
dir den Zugang zu deinem Körper
erfahrbar machen. In diesem
Retreat verbinde ich
wissenschaftliche Psychologie mit
Körperarbeit – für deine weibliche
und persönliche Entwicklung
sowie echten Ausgleich.

Women Recharged

**Sichere dir
deinen Platz
(max. 12)!**



**ANMELDUNG & INFOS:
WWW.SAME-COACHING.DE**

Dein wissenschaftlich fundiertes &
körperbasiertes Retreat –
von Frauen für Frauen,
die sich persönlich entfalten wollen.