

# Auszeit auf dem Hotzan Hof

Du suchst nach einem Platz für eine Auszeit?  
Ein Ort mitten im Grünen, wo du du sein und  
Kraft tanken kannst? Wo du gut versorgt wirst  
und auf Wunsch noch begleitet wirst?

Der Hotzan Hof im Spreewald ist so ein Ort.





# Über uns

Wir sind Wibke und Daniel. Die Hüter des Hotzan Hofes.

Wir bieten nach Absprache Auszeiten (bis zu 2 Wochen) in privater Atmosphäre auf unserem Hof an. Du kannst in unser großes und schönes Paradies eintauchen und wirst hier mit leckerem und gesundem Essen (vegetarisch-vegan) verwöhnt. Du kannst dich neu sortieren, ausruhen oder wieder in deine Kraft kommen – je nachdem, was bei dir gerade ansteht.

Unser Angebot ist privat und richtet sich an Freunde (oder Freunde von Freunden von Freunden) mit einem Energieausgleich von 90,- € bis 125,- € pro Tag. Vollverpflegung und Getränke inklusive. Auf Wunsch ist eine Einzelbegleitung (Prozess- und Bewusstseinsarbeit) auf Spendenbasis möglich.

Interessiert? Dann lass uns gerne zeitnah über einen Video-Call austauschen.



**Wibke**

“ich nehme sehr viel wahr, liebe den Ausdruck über Tanz und mag den Kontakt zu unseren Tieren und der Natur”

[www.wibke-regenberg.com](http://www.wibke-regenberg.com)



**Daniel**

“ich bin ein absoluter Feinschmecker, ein Forscher, liebe es zu kochen und mag den Kontakt zur Natur und den Pflanzen”

[www.hotzanhof.de](http://www.hotzanhof.de)



## Hier kannst du sein

Da sich der Hof in Alleinlage befindet und zwischen Wäldern und Wiesen eingebettet ist, findest du hier viel Ruhe und Stille. Nachts ist es schön dunkel, so dass du den Sternen beim Leuchten zuschauen kannst. Ab Frühjahr kannst du Wildkräuter sammeln, im Sommer von der großen Obst- und Beerenwiese naschen und im Kräuter- und Gemüsegarten Gemüse beim Wachsen zuschauen und ernten.

Wenn du Achtsamkeit praktizieren oder dich selbst beobachten möchtest, laden wir dich herzlich zu folgendem ein:

- KatZEN streicheln & PflanzEN gucken
- faulenZEN oder TanZEN
- in Ruhe sitZEN oder schnitZEN
- du kannst glänZEN & dich gut abgrenZEN
- NotiZEN über deine EntwicklungstendenZEN machen

Du kannst hier noch so viel mehr machen und sein – wie einfach nur ankommen, den ganzen Tag barfuß gehen, dich erden oder mit dem Fahrrad zum nächsten See fahren und darin schwimmen. Du kannst Waldbaden, lange Spaziergänge machen oder einfach nur im Gras liegen und in den Himmel schauen ...

Mit oder ohne ZEN. Du bestimmst – es ist deine AUSZEIT.



# Zeit für dich!

Mit gesundem Essen und Trinken, das dich nährt.

## Badezimmer

Du hast ein eigenes Badezimmer.



## Zimmer

Wir haben mehrere Zimmer im Haus. So oder ähnlich sieht ein Zimmer bei uns aus.

## Esszimmer

Hier essen wir zusammen. Bei schönem Wetter auch gerne draußen.



# Bitte beachte:

## 1. Thema: Rauchen

Bestmöglich bist du wie wir Nichtraucher. Uns ist es wichtig, dass unser Platz (innen und außen) rauchfrei bleibt.

## 2. Thema: Drogen

Bewusstseinsweiternde Drogen sind nicht so unsere Welt und fühlen sich hier auch nicht wirklich richtig an.

## 3. Thema: Fleisch

Wir essen vegetarisch-vegan. Daniel zaubert ganz wunderbare Gerichte. Lediglich unsere Katzen mögen Fleisch.

## 4. Thema: Pflegeprodukte

Da wir eine eigene Pflanzenkläranlage haben, sind uns ökologisch abbaubare Pflegeprodukte wichtig.

## 5. Thema: Tiere mitbringen

Unsere Tiere (Schafe und Katzen, die allesamt draußen leben) haben hier ihr Revier, so dass wir von weiteren Tieren absehen möchten.

## 6. Thema: Achtsamkeit für Tiere und Natur

Wir leben hier in einem Paradies und bitten dich, dass du allen Wesen hier auf dem Hof die Achtsamkeit schenkst, die du dir selbst von anderen wünschst.

## 7. Thema: Handy

Da wir hier Erholungsräume haben, laden wir dich ein, dein Handy auch mal beiseite zu legen. Detoxe nicht nur seelisch, sondern gerne auch digital :)

# Kontakt

## Wibke

☎ +49 175 - 618 05 08 (auch WhatsApp und Telegram)

✉ [info@wibke-regenberg.com](mailto:info@wibke-regenberg.com)

## Hotzan Hof

Der Hof liegt im Spreewald.

1,5 Stunden süd-östlich von Berlin.

Er befindet sich in Alleinlage, eingebettet von Wiesen und Wäldern.

