



connecting spaces



mindwalk

exclusive himalayan trekking tours



the himalayan mandala prologue & part I

detailed information

www.monikaschaffner.biz/mindwalk-mandala
connect@monikaschaffner.biz
+41 79 3256555 (whatsapp)



a conscious journey - enlightening the great himalayan range

we lay a trail of light as we trek in awake, mindful state, open to experiencing the moment – inside and outside ourselves – connecting with nature's beauty and the cultural depth of it's inhabitants' heritages. each tour is dedicated to one of the ashtamangala – the 8 auspicious buddhist symbols – an invitation and inspiration to reflect upon our human values and the essence of who we are and why we are here.

kailash yatra 4. – 30.9.2019 spiritual journey to himalaya's most holy mountain
opening: the vajra | 25 days | 13 days trek | 16 nights tented camp | from USD 7240

pikey peak 4. – 18.10.2019 rural nepal, magic sunrise on the himalayan range
prologue: the panorama | 15 days | simple guesthouse nights | from USD 2250

kangchenjunga 15.4. – 16.5.2020 the five treasures of the high snow
shift 1: the treasure vase | 32 days | tented camp nights | from USD 5080

makalu – sherpani col – everest 21.10.- 12.11.2020 the divine trail to everest
shift 2: the victory banner | 23 days | tented camp nights | high altitude crossings | from USD 5555

**costs & dates may be subject to change*

monika schaffner
integrative geography, phd

born and partly raised in nepal,
I have trekked in the himalayas since my childhood.
I wish to bring conscious,
global-minded individuals into sacred himalayan spaces,
so that our attitude of appreciation may heighten
individual and collective awareness and valuation
of the unique cultural and natural heritage we travel through.

partner: highlandecotrek.com





connecting spaces



mindwalk

exklusive trekking auszeiten im himalaya



himalaya mandala prolog & teil I

detaillierte informationen

www.monikaschaffner.biz/mindwalk-mandala
connect@monikaschaffner.biz
+41 79 3256555 (whatsapp)



eine achtsame reise - eine lichtspur von bewusstsein durch den himalaya

auf dieser reise in 8 etappen, verbinden wir die grossen krafträume des himalaya, lassen uns berühren von den begegnungen mit den menschen und ihrem reichen kulturellen erbe, und geniessen die einzigartige schönheit der natur. jede etappe ist einem der 8 tibetisch-buddhistischen glückssymbole gewidmet: eine einladung und inspiration, unsere essentiellen werte und den tieferen sinn unseres lebens zu reflektieren.

kailash yatra 4. – 30.9.19 pilgertrek zum heiligen berg kailash im tibet
ouverture: der vajra | 25 tage | 13 tage trek | 16 nächte im zelt | ab CHF 7240

pikey peak 4. – 18.10.19 erlebe die spektakuläre weite der himalayakette
prolog: das panorama | 15 tage | übernachtung in einfachen gasthäusern | ab CHF 2250

kangchenjunga 15.4. – 16.5.20 die fünf schätze des hohen schnees
etappe 1: die schatzvase | 32 tage | übernachtung im zelt | ab CHF 5080

makalu – sherpani col – everest 21.10.- 12.11.20 der erhabene pfad zum everest
etappe 2: der siegesbanner | 23 tage | übernachtung im zelt | hoch-alpine übergänge | ab CHF 5555

** preis- & programmänderungen vorbehalten*

monika schaffner
integrative geografie, dr. phil.-nat.

im himalaya bin ich zuhause,
hier bin ich geboren und aufgewachsen.
ich möchte dich als bewussten menschen in diese räume begleiten,
um gemeinsam mit dir ihre heilende und heilige kraft zu erfahren,
und durch unsere präsentе wertschätzung
zur heilsamen entwicklung dieser
einzigartigen räume beitragen.

partner: highlandecotrek.com

