Landguet Ried, Center for mindful living

Wir bieten Ihnen Seminar- und Übernachtungsmöglichkeiten in einer abgeschiedenen, weitläufigen, grünen Naturlandschaft. Sehr gut mit Auto oder öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar und in der Nähe des Berner Stadtzentrums. Unsere preiswerten Dienstleistungen werden von einem freundlichen, internationalen und aufgeschlossenem Team in einem familiären Ambiente erbracht. Unsere Küche verwöhnt Sie mit saisonal frisch zubereiteten vegetarischen Gerichten, inspiriert von der Weltküche und doch mit lokalen Produkten zubereitet. Wir bieten Ihnen Raum für persönliche Zeit, Rückzug für Selbstreflexion und Persönlichkeitsentwicklung. Raum in dem Sie Ihr eigenes Verständnis für «mindful living» einem Leben mit mehr Achtsamkeit erfahren und vertiefen können.

Retreatzentrum und Seminarhaus

Das Landguet Ried ist ein Retreatzentrum und Seminarhaus mit Übernachtungsmöglichkeit, in der Nähe von Bern, der Hauptstadt der Schweiz. Es liegt mitten in der Natur, ist umgeben von Wiesen und Wäldern und dennoch leicht erreichbar mit Auto und öffentlichen Verkehrsmitteln.

Das Zentrum verfügt über vier Seminarräume mit variabler Kapazität und einer grossen Mehrzweckhalle, sowie über ein breites Angebot an Unterkunftskategorien. Zu den Aussenanlagen gehören ein Reitplatz, ein Sportplatz, ein Blumen- und Gemüsegarten, ein grosser Park und Waldwanderwege.

Das Zentrum bietet Kursorganisatoren ein attraktives Ambiente für Workshops, in denen Teilnehmer den Sinn für das Wesentliche schärfen und sich darin begegnen, austauschen, lernen und üben können. Denn es bietet seinen Gästen den idealen Rahmen, sich vom Alltag zurückzuziehen, sich zu entspannen und sich eine Auszeit zu gönnen, um neue Ressourcen zu schaffen.

Allein oder mit Gleichgesinnten, in gruppendynamischer Arbeit oder im Schweigeretreat: Hier kann man zu sich selber finden und die innere Quelle des eigenen Wohlbefindens neu entdecken. Gäste gehen hier innerlich gestärkt nachhause, mit frischer Zuversicht durch eine ganzheitliche Erfahrung der Verbundenheit.

ECKDATEN IN KÜRZE

- Lichtdurchflutete Kursräume mit Naturholzböden
- 4 Raumgrössen von 40m2 bis 100m2
- eine grosse multifunktionale Mehrzweckhalle von 290 m2 mit einer Kapazität für bis zu 300 Personen, ideal für grosse Konferenzen und Seminare oder für Bewegungs-Workshops
- Grosse Parkanlage für Arbeiten im Freien
- Raumausstattung (individuell Ihrem Anlass entsprechend)
- Matten, Decken, Kissen, Yogahilfsmittel vorhanden
- Unterkunft für jedes Budget
- Leichte Anreise mit öffentlichen Verkehrmittelns oder Auto
- Gratisparkplätze
- 100% vegetarische Küche
- Reichhaltiges Frühstücksbuffet
- Wasser ab hauseigener Quelle

Vision und Mission

Inspiriert durch fernöstliche Traditionen und Werte fördert das Landguet Ried «Mindful Living», eine von Achtsamkeit geprägte Lebensweise, welche die Grundlage für humane, soziale und umweltgerechte Nachhaltigkeit schafft. Dementsprechend ist die Küche vegetarisch und nutzt das reiche Angebot von lokalen Frischprodukten. Gleichermassen ist es auch ein Anliegen, mit dem lokalen Gemeinwesen zusammenzuarbeiten.

Das Landguet Ried erfüllt diesen Auftrag, indem es Raum und Ort zur Verfügung stellt, wo Gäste sich kennenlernen, sich austauschen und in einem friedlichen und inspirierenden Ambiente die Qualitäten von Mitgefühl und Weisheit erfahren können. Kursanbieter, die sich in Resonanz mit diesem Auftrag sehen, sind herzlich willkommen.

Dies sind Kurse, die Achtsamkeit und Bewusstsein trainieren, das persönliche Wohlbefinden fördern und das berufliche und persönliche Potential zur Entfaltung bringen.

Gastronomie für die Sinne – lassen sie sich verführen !

Eine lukullisch-sinnliche Erlebnisreise für Sie und Ihre Seminarteilnehmer. Tägliche Buffets mit geschmackvollen 100% vegetarischen Gerichten, eine reiche Palette an Köstlichkeiten aus aller Welt.

Unser Küchenteam freut sich, Sie mit einfallsreichen kulinarischen Sinneserfahrungen für Auge und Gaumen zu überraschen. Saisonale und frische Produkte aus der Region werden hier mit viel Liebe und Sorgfalt und einer grossen Portion Kreativität für Sie aufgetischt.

Für die Mittags- und Nachmittagspause bieten wir auf Anfrage auch saisonale Früchte und andere genussvolle Gebäckspezialitäten an. Eine Kaffee- und Teebar steht den ganzen Tag über zur Verfügung. Für unsere Übernachtungsgäste steht morgens ein abwechslungsreiches Frühstücksbuffet bereit.

Zudem sind wir aufgeschlossen gegenüber Ernährungsbesonderheiten und können auf Nachfrage, entsprechend den Bedürfnissen Ihrer Gruppe, geeignete Mahlzeiten zusammenstellen, einschliesslich glutenfreier und veganer Optionen.

Seminar- und Gruppenräume

Für Ihre Seminare, Retreats und Veranstaltungen bieten wir Ihnen massgeschneiderte Lösungen ganz nach Ihren individuellen Bedürfnissen. Es stehen Ihnen vier Seminarräume für Gruppen von 15 bis 80 Teilnehmern und einer Mehrzweckhalle für bis zu 300 Personen zu Verfügung. Die Parkanlage kann in den Sommermonaten uneingeschränkt genutzt werden.

Alle Räume sind Ihren Bedürfnissen nach adaptierbar. In Sachen Seminartechnik können wir alle Wünsche erfüllen. Alle unsere Seminarräume verfügen über die Ausstattungsmöglichkeit mit Tischen, Stühlen, Sitzkissen, Yogamatten und -hilfsmittel, Decken, Wi-Fi, Tonanlage, Übersetzungsanlage, Beamer und Flipcharts. Gerne beraten und begleiten wir Sie bei der Vorbereitung des Raumes, damit er entsprechend Ihrer Veranstaltung geeignet eingerichtet ist.

Mehrere zusätzliche Räume, die sich für kleinere Gruppen von 4 bis 10 Personen eignen, sind in den verschiedenen Gebäuden verteilt und können z.B. als Sitzungszimmer für die Vertiefung der Arbeit in kleinen Gruppen oder für Gesprächskreise genutzt werden. Fragen Sie uns für weitere Informationen an.

SEMINARRAUM LOTUS

100 m2 , Kapazität bis zu 80 Personen je nach Setup

Wenn Sie einen Ort für Ihre Kurse, Seminare, Retreats oder Besprechungen suchen, bietet dieser Raum modernen Charme in einer geräumigen und warmen Umgebung, die tiefe Interaktionen, Körperarbeit und Introspektion begünstigt.

Ob im Sitzen oder Liegen, im Stehen oder Gehen, im Singen, Tanzen, im Kommunizieren oder in der Stille, dieser Raum fühlt sich behaglich und gemütlich an. Dank seinem geölten Holzboden, den hellen Wände, zwei gegenüberliegende Fensterfronten mit Blick ins Grüne, regulierbarer Beleuchtung sowie einem Hausklavier, bietet er Raum für verschiedene Arten von unvergesslichen Erlebnissen, die Sie mit Gleichgesinnten teilen können.

Ausstattung ganz entsprechend Ihrer Bedürfnisse möglich: Tische und Stühle, Meditationskissen, Yogamatten, Decken, Wi-Fi, Tonanlage, Beamer und Flipchart stehen zur Verfügung, besondere Bedürfnisse können individuell auf Ihren Standard abgestimmt werden, fragen Sie uns.

SEMINARRAUM SANGHA

50 m2, Kapazität bis zu 25 Personen je nach Setup

Dieses ehemalige Klassenzimmer hat eine geglückte Metamorphose hinter sich und ist heute ein Seminarraum mit ganz besonderer Note. Er eignet sich bestens für Ihre Team-Retreats oder Strategie-Meetings. Der Raum bringt die idealen Voraussetzungen zum Nachdenken, Schreiben, Präsentieren, Diskutieren, Brainstorming und Kollaborieren. Viel natürliches Licht und eine grose Wandtafel unterstützen Sie im Gedanken und Ideen erarbeiten, zu kommunizieren und sorgen so für einen aktiven Austausch im Team.

Ein direkter Zugang ins Grüne erlaubt kurze oder längere Frischluftpausen, die einen wachen Geist und kreative Ressourcen wieder neu zur Entfaltung bringen.

Ausstattung ganz entsprechend Ihrer Bedürfnisse möglich: Tische und Stühle, Meditationskissen, Yogamatten, Decken, Wi-Fi, Tonanlage, Beamer und Flipchart stehen zur Verfügung, besondere Bedürfnisse können individuell auf Ihren Standard abgestimmt werden, fragen Sie uns.

SEMINARRAUM MANTRA

40 m2, Kapazität bis zu 20 Personen je nach Setup

Ein idealer Raum für Ihre Arbeits- und Strategiebesprechungen. Die Einfachheit und Ruhe dieses Raumes ermöglicht konzentriertes und effektives Arbeiten in einer stillen Umgebung.

Alternativ ist dieser Raum auch der perfekte Ort für kleine Meditations- und Therapiegruppen (Familienaufstellung, Energiearbeit, Gestaltgruppen, etc.)

Ausstattung ganz entsprechend Ihrer Bedürfnisse möglich: Tische und Stühle, Meditationskissen, Yogamatten, Decken, Wi-Fi, Tonanlage, Beamer und Flipchart stehen zur Verfügung, besondere Bedürfnisse können individuell auf Ihren Standard abgestimmt werden, fragen Sie uns.

Sangha Raum

Lotus Raum

Mantra Raum

SEMINARRAUM YOGI

70 m2, Kapazität bis zu 60 Personen je nach Setup

Mit seinem Holzboden und seiner grosszügigen Fensterfront ist dieser Raum der ideale Ort für mittelgrosse Gruppen, welche sich in jeglicher Form der Körper- und Therapiearbeit begegnen möchten: Zum Beispiel für Yoga, Meditation, Tai Chi, Qi-Gong, Gruppen-Retreats und dergleichen.

Der Yogi-Raum ist auch für andere Aktivitäten und Veranstaltungen geeignet. Ob es sich dabei um ein Vereinstreffen, eine Weiterbildung oder einen Aufbaukurs handelt, in diesem hellen, einfachen und offenen Raum wird sich Ihre Gruppe schnell zu Hause fühlen und der Austausch untereinander ganz natürlich in Fluss kommen.

Ausstattung ganz entsprechend Ihrer Bedürfnisse möglich: Tische und Stühle, Meditationskissen, Yogamatten, Decken, Wi-Fi, Tonanlage, Beamer und Flipchart stehen zur Verfügung, besondere Bedürfnisse können individuell auf Ihren Standard abgestimmt werden, fragen Sie uns.

Yogi Raum

MEHRZWECKHALLE MANDALA

290 m2, Kapazität bis zu 300 Personen je nach Setup

Eine weiträumige Mehrzweckhalle, mit einem Parkett Laminat, die vielfältige Möglichkeiten für Veranstaltungen mit grösserem Raumanspruch bietet: Bewegungs-Workshops, Kampfkunst, Yoga, Tai Chi, Qi-Gong u.a.m. Die Halle ist mit einer Seitenbühne ausgestattet, die mit Flügeltüren geschlossen werden kann, daher eignet sich die Halle auch bestens für Konferenzen, Vorträge, Podiumsgespräche und Kulturprogramme.
Ausstattung ganz entsprechend Ihrer Bedürfnisse möglich: Tische und Stühle, Meditationskissen, Yogamatten, Decken, Wi-Fi, Tonanlage, Beamer und Flipchart stehen zur Verfügung, besondere Bedürfnisse können individuell auf Ihren Standard abgestimmt werden, fragen Sie uns.

Mehrzweckhalle Mandala

DIE LOUNGE

Die Lounge ist der gemütliche und ruhige Treffpunkt des Hauses. Sie sind eingeladen, Snacks und Getränke während Pausen zu geniessen oder unsere kleine Hausbibliothek zu nutzen. Nehmen Sie Platz in der gemütlichen Couchecke für entspanntes Beisammensein und blicken Sie aus den grossen Fenstern ins Grüne und geniessen Sie das direkte Sonnenlicht.

UNSER SPEISESAAL

Wenn die Sonne scheint, ist unser Speisesaal zu jeder Jahreszeit warm und strahlend. Dieser nach Süden ausgerichtete Raum ermöglicht Ihnen eine reine Vitamin-D-Kur! Sie können sich entspannen und Ihre Mahlzeiten in grosser Einfachheit geniessen. Im Hauptraum ist Platz für bis zu 60 Personen, ein angrenzender kleiner Nebenraum bietet weitere 10 Plätze. Bei warmem Wetter können Sie mit Bänken und Tischen im Freien speisen. Genauso können wir Buffets in unserem Park oder ein Barbecue am Waldrand für Sie uns Ihre Gäste einrichten.

Übernachten und Verweilen

Wir können im Winter 90 Personen beherbergen und bis zu 130 Personen in den wärmeren Monaten, dann wenn Camping möglich ist. Für Anlässe mit mehr Personen, können wir weitere Unterkunftsmöglichkeiten für Sie und Ihre Kursteilnehmer arrangieren.

Die Unterkunftsmöglichkeiten variieren in den Preiskategorien und decken verschiedenste Ansprüche ab. 2-Sterne-Hotelzimmer mit Dusche / WC, Standard-Doppel- und Mehrbettzimmer mit Etagenduschen und WC's, sowie Schlafsäle mit Gemeinschaftsduschen und -WC's stehen zur Verfügung.

HOTELZIMMER

Diese Zimmer, im 2-Sterne-Komfort, verfügen alle über einen direkten Internetanschluss. Die schlichte und moderne Ausstattung in Kombination mit jeweils einem individuellen Möbelstück aus historischer Zeit, trägt zur lauschigen Gemütlichkeit bei.

In dieser Kategorie gibt es Einzelzimmer und Doppelzimmer. Alle Zimmer sind mit eigener Dusche und WC ausgestattet.

STANDARDZIMMER

Schlicht und praktisch ausgestattete Einzel-, Doppel- und Mehrbettzimmer. Die dazugehörenden Etagenduschen und Toiletten sind in unmittelbarer Nähe.

SCHLAFSÄLE

Die preisgünstige Übernachtungsalternative kann sich sehen lassen. Die beiden Schlafsäle, nach Damen und Herren getrennt, bieten Platz für jeweils bis zu 15 Personen in lauschigem Ambiente unterm Dach. Toiletten und Duschen zur gemeinsamen Benutzung.

NATURERLEBNIS IM ZELT

Gäste berichten vom unvergesslichen «Outdoor»-Erlebnis im Zelt: Aufwachen mit dem Sonneaufgang und Vogelgezwitscher aus dem nahegelegenen Wald. Die Camping-Wiese, unweit vom Hauptgebäude, bietet in den wärmeren Monaten des Jahres, Platz für bis zu 40 Personen. Benutzung von Gemeinschaftsduschen und -WC's in unmittelbarer Nähe.

Aktivitäten für Körper und Seele

Das Landguet Ried bietet die Möglichkeit, Aktivitäten im Freien abzuhalten: Yoga, Tai-Chi, Kyudo oder Reiten (auf Anfrage) und bestimmt das eine oder andere was Sie gerne in der freien Natur erleben möchten.

Oft sind es die kleinen Dinge, die einem die Gelegenheit geben, etwas Wunderbares und Aussergewöhnliches zu erleben. Das Landguet Ried, Center for mindful living, bietet Ihnen eine Umgebung für diese unvergesslichen Momente.

In und um Bern

Schwimmen Sie im Sommer in der Aare oder wandern Sie in den umliegenden Wäldern, Hügeln und entlang der Wasserläufe. Besuchen Sie das nahe gelegene Berner Oberland: Interlaken, Kleine Scheidegg, Jungfraujoch, Thunerseegebiet oder das Freilichtmuseum Ballenberg.

Bummeln Sie durch die Berner Altstadt mit Besuch des Bundeshauses, Zytglogge-Turm, Rathaus, Münster, Bärengraben, Rosengarten, und vielem mehr.