

*Katrin Zita*

## Die Kunst, allein zu reisen und bei sich selbst anzukommen

Warum muss Selbstfindung immer so anstrengend sein? Kann man etwas Besseres dafür tun, als wöchentliche Therapiesitzungen oder den x-ten Workshop am Wochenende zu besuchen? Wie wäre es mit Alleinreisen?

Katrin Zita geht seit mehr als zehn Jahren gern und oft mit sich selbst auf Reisen und sammelte Eindrücke in über 50 Ländern, unter anderem bei einer Ayurvedakur in Indien, Schweigetagen im Kloster, einem Outdoor-Aktivurlaub in Norwegen oder bei einer Bildungsreise nach New York. Sie zeigt, wie das Alleinreisen an die unterschiedlichsten Orte dieser Welt mit Leichtigkeit und Lebensfreude möglich ist und widersetzt sich dem gesellschaftlichen Tabu, wonach Alleinreisende einsam sind.

Die Autorin verrät, wie sich das Alleinreisen mühelos und erfolgreich verwirklichen lässt und zu einer wahren Kunst im Prozess der eigenen Persönlichkeitsentwicklung werden kann. Nach dem Lesen dieses Buches haben Sie nicht nur die Welt entdeckt, sondern auch Souvenirs wie Selbstvertrauen, Selbstsicherheit und Selbstliebe sowie Entscheidungs- und Durchsetzungskraft im Gepäck.

**Katrin Zita** lebt und arbeitet als selbstständige Unternehmerin, Coach und Journalistin in Wien und Berlin. Nach vielen Jahren in der Architektur- und Medienbranche berät sie heute als Psychosozialer Coach für Hochbegabte und als Lebensberaterin im deutschsprachigen Raum Klienten mit den Schwerpunkten High-Potential, Leadership und Individual-Career. Für diverse Firmen ist sie in der Personal- und Persönlichkeitsentwicklung tätig und bringt als kreative Querdenkerin neueste Erkenntnisse von ihren Reisen in die Unternehmen ein. In „Die Kunst, allein zu reisen und bei sich selbst anzukommen“ verwebt Katrin Zita ihre Profession als Reisejournalistin und Coach miteinander. Herausgekommen ist ein Selbstcoaching-Tool für die freudvolle Selbstverwirklichung unterwegs.

### Die Kunst, allein zu reisen und bei sich selbst anzukommen

Katrin Zita

Hardcover, 203 Seiten

ISBN 978-3-902903-85-3 Preis A/D 19,<sup>95</sup>

ISBN E-Book 978-3-902903-99-0 Preis 9,<sup>99</sup>

Erscheint im März 2014

### Goldegg Verlag GmbH

Mommsengasse 4/2 | A-1040 Wien

Tel. +43 (0) 1 5054376-0 | Fax -20

office@goldegg-verlag.at

www.goldegg-verlag.at

