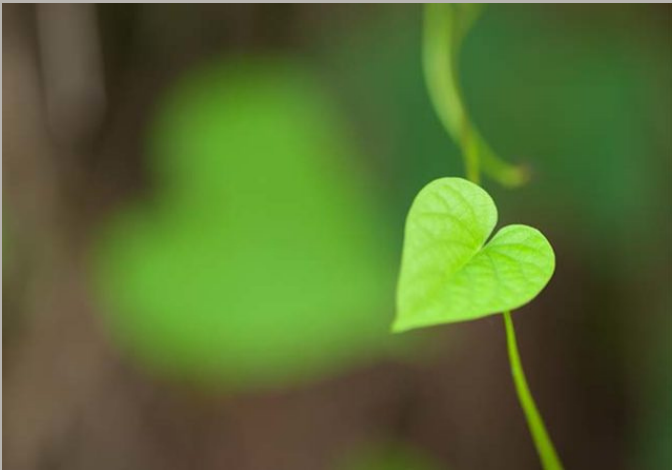


Körper
Geist &
Seele



WORKSHOP im wunderschönen Yspertal



Bewegt in ein
Wochenende voller
Weiblichkeit

FREITAG 07.10.2022 16:00 UHR

BIS

SONNTAG 09.10.2022 15:00 UHR

Was bieten wir an?

Ein wunderschönes gemeinsames Wochenende für Frauen mit einem abwechslungsreichen Fitnessprogramm aus den Bereichen Rückenfit, Bauch-Beine-Po, Aerobic und Zumba®, Mobilisation und Stretching, Wanderungen sowie Entspannung und Meditation.

Vollpension für das Seminarwochenende:

- reichhaltiges Bio-Frühstück vom Buffet mit hausgemachten Spezialitäten
- Mittags und Abends dreigängige Menüs mit Hauptspeisenwahl (Fleischspeise/vegetarische Speise/vegan, gluten-, laktosefrei auf Wunsch) und zusätzliches Salatbuffet
- alle Speisen aus der 100% Bio-Küche mit Produkten aus der Region
 - Kaffee, Tee und Obst ganztägig zur freien Entnahme

Für wen?

Für Frauen aller Altersgruppen, die Spaß an gemeinsamer Bewegung haben - es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich!

Wo?

Im wunderschönen Bio Landhotel Yspertal
www.landhotelyspertal.at A-3683
Yspertal, Ysper 1

Preis

KURSGEBÜHR: € 150,-

zuzüglich Hotel:

Pauschale pro Person Einzelzimmer € 226,-
(Neues Zimmer Kornmandl € 262,-)

Pauschale pro Person im Doppelzimmer € 206,-
(Neues Zimmer Herzstein € 242,-)

Pauschale pro Person im Dreibett-Zimmer € 186,-



Doris Pfeiffer
Dipl. Fitness- und Gesundheitstrainerin
Dipl. Zumba® Trainerin Dipl. Aerobictrainerin
E-Mail: doris.pfeiffer@gmx.at
Tel: +43 664 4303406
www.dorisbewegt.at

Silke Rametsteiner
Dipl. Fitness- und Gesundheitstrainerin
Dipl. Präventiv- und Rehatrainerin
Dipl. Craniosacralpraktikerin
E-Mail: info@silke-rametsteiner.at
Tel: +43 677 62696314
www.silke-rametsteiner.at