

25 Jahre

NEUE  WEGE

bewusst gesund natürlich reisen

Italien – Südtirol

Naturhotel Moosmair: Qi Gong - Aktivierend und entspannend
vom 16.09.2018 bis 23.09.2018



Reiseleitung

Michael Kaiser

Qi Gong-Kursleiter, Lehrer für Bewegung, Körpererfahrung und Fitness, Autor und Gesundheitscoach. Er ist in eigener Praxis in Dachau bei München tätig. Gelassenheit und Achtsamkeit mit sich selbst sind wichtige Schwerpunkte seiner Arbeit.



Kursbeschreibung

Wollen Sie sich in dieser Woche entspannen und zugleich voller Energie fühlen? Möchten Sie frisch und erholt wieder nach Hause fahren? Dann sind Sie bei diesem Seminar genau richtig. In dieser Woche steht nicht nur das Erlernen einer komplexen Qi Gong Übungsreihe im Vordergrund, sondern auch die Achtsamkeit mit sich selbst und die Umsetzbarkeit der Übungen in den Alltag.

Ihr Seminarhaus

Mit Humor und Leichtigkeit werden Sie durch die Woche begleitet und die Freude an Qi Gong mit seinen vielen Möglichkeiten wird in Ihnen geweckt. Stille und bewegte Qi Gong-Übungen (z.B. aus der 18-fachen Methode des Tai Chi-Qi Gong), Selbstmassagen und Entspannungseinheiten klären Ihren Geist, stärken Ihren Körper und streicheln Ihre Seele und sorgen somit für Ihr ganzheitliches Wohlbefinden. Freuen Sie sich auf eine abwechslungsreiche Woche und kommen Sie mit neuer Energie wieder nach Hause!

Oberhalb von Ahornach, an der sonnenverwöhnten Südseite des Tales, liegt das Vier-Sterne-Superior Hotel, das sich seit sechs Generationen im Besitz der Familie Ebenkofler befindet. Mit nachhaltigen Materialien aus der Region wurde der ehemalige Bauernhof liebevoll renoviert und heißt Sie heute mit modernem Komfort und rustikaler Eleganz willkommen.

Lassen Sie sich im Wellness-Bereich des Hauses verwöhnen, ob bei einer wohltuenden Massage oder beim Saunieren in der urigen Blockhaus-Sauna. Der Ruheraum bietet einen faszinierenden Blick auf die Bergkulisse der Dolomiten. Auf einer Wanderung lernen Sie die landschaftliche Vielfalt der Umgebung kennen. Blühende Wiesen, einsame Bergseen, tosende Wasserfälle und dichte Wälder lassen Sie ganz im Hier und Jetzt ankommen.

Wohnen

Der Blick auf die grandiose Kulisse zaubert Ihnen schon am Morgen ein Lächeln ins Gesicht. Die Zimmer sind bewusst schlicht gehalten, um sich auf das Wesentliche zu konzentrieren und das ruhige der Natur widerzuspiegeln. In jedem Zimmer sorgen Lär-



Reisetermin & Preis

Reise-Nr.	von	bis	Preis in Euro
8ITH0205	16.09.2018	23.09.2018	990

Preise p.P. im DZ; Min. Teilnehmerzahl: 6; Max. Teilnehmerzahl: 12

Leistungen

7 Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer "Rieserferner" mit eigenem Bad/WC und Balkon vorbehaltlich Gegenbuchung • Halbpension (wahlweise vegetarisch) • 6-tägiger Ferienkurs mit 4 Übungsstunden pro Tag • tägliche Gruppenbetreuung durch Michael Kaiser • Begrüßungstreffen • NEUE WEGE-Informationsmaterial

Wahlleistungen

Aufpreis für Einzelzimmer oder Doppelzimmer zur Alleinbenutzung auf Anfrage

Detailinformationen im Internet

www.neuwege.com/8ITH0205



25 Jahre



bewusst gesund natürlich reisen

Weitere Informationen zu Michael Kaiser

www.neuweege.com/Michael-Kaiser

NEUE WEGE Seminare & Reisen GmbH

Am Getreidespeicher 11
53359 Rheinbach

Telefon +49-(0)2226-1588-00

Fax +49-(0)2226-1588-070

info@neuweege.com

www.neuweege.com