

Vitalität durch Wissen Insel Sylt 2018

sanftes Wochenende in frischer Luft



für ein sauerstoffreiches Wochenende geht es wiederauf die Trauminsel der Reichen, Sylt.

Ein ganzes Wochenende werden wir uns immer mal wieder mit dem Thema Seelenbalance und Lebenskraft „Sauerstoff“ auseinandersetzen.

Ein harmonisches Gleichgewicht für Ihren Körper ist ein Zusammenspiel von Seele, Geist und Körper durch bewusste Wahrnehmung des Körpers. Ziel ist es, das seelische Gleichgewicht durch meditative Atmung herzustellen.

Durch bewusstes Atmen lockern wir die Muskulatur, der Herzschlag wird ruhiger und unsere Organe erhalten eine Massage.

Freuen Sie sich auf ein atemvolles Wochenende auf der schönen Nordseeinsel Sylt.

Wo? Insel Sylt
Dünenhotel „Alt-Rantum“
Hörnummerstr.10
25980 Sylt

Wann ist die Anreise?
Freitag 23. März 2018
gemeinsam mit der Bahn
ab Hamburg Hbf.
Abreise: 26.03. März 2018, ab 10.00 Uhr
mit der Bahn nach Absprache & Wahl.
Zimmerräumung bis 10.00 Uhr
Anmeldung und weitere Infos:
Rainer Späthe, Heilpraktiker
Leitung der BioPraxAktiv Selbsthilfegruppen
der Stiftung biologisches Alter
Escheburg (b. Hamburg) und Wittenberge (Prignitz)
Alte Landstraße 133 E
21039 Escheburg
Tel.: 04152 849220
Email: lorai@online.de



Unser Leistungspaket

- 4 Tagen, 3 Übernachtungen inkl. Halbpension
- bioenergetische SeelenBalanceTest
- Lebendiger Lebensrhythmus
„das Leben annehmen und leben“
- tägliche bewusste Atemübungen
- Entspannung: aktive Freizeitgestaltung wie Schwimmen, Sauna, Kegeln, Wanderung sowie lustige und gute Gespräche am Abend in der Kajüte (Hotelbar)

* für Mitglieder der Stiftung Biologisches Alter gelten vergünstigte Preise

Bitte informieren Sie sich bei der Anmeldung über die Preise und Teilnahme.

Anmeldung bis zum 10. Jan. 2018!!

Die drei zum Hotel gehörenden Häuser liegen inmitten von Heidekraut und Heckenrosen vor einer Düne, über die ein Holzsteg in wenigen Minuten zum langen weißen Sandstrand führt. Die 126 Zimmer sind mit Dusche, WC, Telefon und TV ausgestattet und zum Teil mit Lift erreichbar. Einige Zimmer verfügen über Verbindungstüren und sind daher besonders für Familien geeignet. Im Panoramarestaurant wird den Gästen Halbpension gereicht. Zu Mittag werden darüber hinaus À-la-Carte-Gerichte in der Kajüte serviert; hier kann man auch den Abend bei einem guten Tropfen ausklingen lassen. Ein Hallenschwimmbad sowie eine Sauna stehen Ihnen zur Verfügung.

Ablaufplan über die Tage wird nach Anmeldung mitgeteilt.

Bei kurzfristiger Absage müssen wir den vollen Betrag einbehalten.

