Informationen

Veranstaltungsort:
Living Senses
Zieglerweg 9a • 82335 Berg

Datum & Uhrzeit:
Samstag, 10.05.2014 von 9.30 bis 18.30 Uhr

Kosten:
€ 222,- inkl. MwSt., Kurse, Verpflegung,
Badbenutzung und Sauna

Kontakt und Anmeldung:
Dr. Daniela Kürner-Czech
Zieglerweg 9a • 82335 Berg
Telefon: 08151 / 26 86 480
Mail: info@livingsenses.net

Anmeldeschluss:
1. Mai 2014
(mind. 5, max. 10 Personen)

Bitte mitbringen:
Bequeme Kleidung, warme Socken,
Badekleidung, 2 Handtücher

Wir freuen uns auf Sie

Living senses

das andere spa

Exklusiver Wellness- & Gesundheitstag

vor den Toren Münchens am Starnberger See

Samstag, 10. Mai 2014

Was Sie erwartet

Genießen Sie diesen Kurzurlaub und lassen sich verwöhnen. Kommen Sie zur Ruhe und schöpfen Sie neue Energie. In dieser Umgebung mit einzigartigem Wohlfühlklima lassen Sie Ihren Alltag schnell hinter sich.

Darauf können Sie sich freuen:

Anregende Bewegung, leckeres Essen und tiefe Entspannung mit

- 1½ Stunden Trager® Körper- und Bewegungswahrnehmung
- 3 Stunden kulinarischer Küche
- 2 Stunden Wellness im exklusiven Liquid Sound Pool und in der Sauna

Unser Programm

9.30 Uhr: Eröffnung

10.00 Uhr: „Bewegung mit Leichtigkeit“

Die Trager® Methode ist leicht zu verstehen und die im Kurs gezeigten Bewegungen können Sie direkt in Ihren Alltag integrieren.

11.30 Uhr: „Genuss ohne Reue“

Wir kochen gemeinsam ein kulinarisches Menü. Diese gesunde leichte Küche kann wunderbar in Ihrem Berufsalltag angewandt werden.

14.30 Uhr: Pause

Möglichkeit für Gespräche und einen Spaziergang zum See

16.00 Uhr: „Klangbaden“

Die Seele baumeln lassen im wohlig warmen Wasser, umhüllt von Licht und Klang. Die schwerelose Leichtigkeit des Seins entdecken. Anschließend dürfen Sie in der Sauna Ihren Kreislauf wieder in Schwung bringen.

18.30 Uhr: Gemeinsamer Ausklang

Wir sind für Sie da

Jessica Leicher
Trager® Praktikerin

Tel. 089 / 55 05 09 33
Mobil: 0170 / 58 00 450
info@jessica-leicher.de
www.jessica-leicher.de

Eva Anastasia Matzke
medizinisch geprüfte Ernährungsberaterin

Tel. 08806 / 92 37 36
Mobil: 0179 / 29 51 553
info@e-v-a-s.de
www.e-v-a-s.de

Daniela Kürner-Czech
Aqua Wellness Bodyworkerin und Trainerin

Telefon: 08151 / 26 86 480
info@livingsenses.net
www.livingsenses.net