



HERMITAGE

VITAL HOTEL

DER KRAFTORT AM WÖRTHERSEE

GO WITH THE FLOW

REGENERATIONSWOCHE
MIT IRMGARD UND ALEXANDRA

25. 04. – 02. 05. 2020

13. 06. – 20. 06. 2020

Wege in die eigene Kraft

7 TAGE NATUR ERLEBEN UND DAS LEBEN TANZEN

mit allen Sinnen. In Kombination mit leichter Ayurveda Vitalkost, Bewegung, Inspiration und regenerativen Behandlungen.

25. 04. – 02. 05. 2020 | 13. 06. – 20. 06. 2020

Wer aktiv im Leben steht, sollte sich bewusst Auszeiten für Regeneration gönnen. Der Ayurveda, die universelle, zeitlose Wissenschaft vom langen Leben in Gesundheit und Harmonie, bietet hierfür zahlreiche Impulse.

WAS ERWARTET DICH?

ERNÄHRUNG

Leicht verdauliche, vegetarische und basenreiche Speisen abgestimmt auf die Konstitution fördern die Verdauungskraft, stärken das Nervensystem und stabilisieren die Psyche.

BEWEGUNG

Naturerfahrungen mit der heilsamen Kraft des Waldes und Reinigung und Erneuerung mit Hilfe des Elementes Wasser, lassen dich ganzheitlich Zugang zur Kraftquelle in dir finden, um deine Ressourcen aufzufüllen. Aus dem Herzen tanzen und mit allen Sinnen deine Lebensmelodie kreieren.

INSPIRATION

Deinem Wohlbefinden in der Gruppe wird besondere Aufmerksamkeit geschenkt mit abendlichen Gesprächsrunden, Impulsvorträgen und wertvollen Tipps für körperliches und mentales Wohlbefinden im Alltag.

ANWENDUNGEN

Authentische Ayurveda Behandlungen vertiefen die regenerativen Effekte und sind im Paketpreis enthalten. Klassische Massagen können zum Gesamtpreis dazugebucht werden.

- ☀ Seminarbegleitung:
Irmgard Weißenbacher & Alexandra Paur
- ☀ 7 x Übernachtungen inkl Bio Vollverpflegung
- ☀ 2 x Quanten-Resonanz Körperscan Messung mit Auswertung
- ☀ 1 x Erstgespräch (20 Min) zu den Behandlungen
- ☀ 1 x Padabhyanga à 30 Min
- ☀ 3 x ayurvedische Ganzkörperbehandlung à 60 Min
- ☀ 1 x Ganzkörperbehandlung mit grüner Heilerde für den Stoffwechsel
- ☀ Täglich Leberwickel und Basenfußbäder
- ☀ Tages-Workshop „Tanz aus dem Herzen“
- ☀ Bewegungsprogramm/Impulsvorträge

EINZELZIMMER
ab € 1.350.00,-
pro Person

DOPPELZIMMER
ab € 1.245.00,-
pro Person

Reserviere deinen Platz: +43 4273 20144

Mehr Info via kontakt@hermitage.at

www.hermitage.at