



YouWell Reise / Yoga und Wellness **(NEU)**

Wann: 22. März bis 24. März 2024

Inhalt:

- 2 ÜF Hotel Nedjek CZ – 1h Fahrt von Chemnitz
- 2 Tage voller Ruhe, Yoga, Massage und Entspannung
- 3 h Yoga/Meditation
- 30 min Massage pro Person bei Anna
- Sauna mit Klangschalen-/Obstaufguss

Sonstiges:

- Freitag Anreise ab 13 Uhr
- Sonntag Abreise ab ca. 11 Uhr /Zimmer ab 10 Uhr

Mitbringen:

- Yogamatte, Handtuch, Decke; auch für den Außenbereich
- bequeme Schuhe, Rucksack, Picknick Decke,
- Bademantel + Badeschuhe für Sauna
- Stifte (Bunt, Filz) Leim, Block, 2 Zeitungen, Schere
- Alles, was du für dich brauchst!

Bezahlung:

- 95 Euro im DZ ÜF pro Übernachtung
- 55 Euro im EZ ÜF pro Übernachtung
- 20 Euro Massage p.P. (Rücken -o. Fußmassage)
- Übernachtung und Massage an das Hotel zu zahlen
- Seminar Gebühr 180 Euro p.P. an activital

Nutze diese Zeit für dich, ein Wochenende um neue Kraft zu tanken und zu dir zu finden. Zeit für Ruhe & Entspannung. Ich freue mich auf die Zeit mit euch!

Anmeldung/Fragen :

Gesundheitszentrum actiVital, Promenadenstrasse 42,
09111 Chemnitz

Tel: 0173/9914169 Mail: activital@gmx.de

www.acti-vital.de

Anmeldeschluss: 22.Februar 2024 .

Ein ganz neues Hotel, welches ich entdeckt habe und ich mit euch teilen möchte, weil ich mich dort so wohl fühle.

Hauptthema: Yoga, Entspannung, Massage. Josef und Anna vom Hotel und natürlich ich, wir freuen uns riesig auf die Zeit mit euch.