

Entschlacken, Yoga, Wandern



Lydia Arnold

Gesundheitspädagogin

Mattenweg 17 6467 Schattdorf

Telefon: 041 / 870 62 53

Fax: 041 / 870 62 75

e-mail: lyos.arnold@bluewin.ch

13. – 19. Juli 2019 IM HOTEL CRESTA, FLIMS WALDHAUS / GR

Die Schönheit der Natur mit allem Glück, das sie in sich birgt, entdecken und die inneren „Batterien“ aufladen!

Eine Ferienwoche der ganz besonderen Art!

Ein grosses Gesundheitsproblem der heutigen Zeit ist die Übersäuerung und Verschlackung des Körpers. Von Jahr zu Jahr nimmt die Zahl der Zivilisationskrankheiten durch Verschlackung zu. Entschlackung und Yoga bedeutet Gesundheit und Schönheit von innen!

Unser grösstes Kapital ist die Gesundheit! Der Säuren-Basen-Haushalt im Gleichgewicht schenkt neues Wohlbefinden und Gesundheit!

Programm: Morgens / abends Yoga zum Kennenlernen / Atemübungen
Geführte Wanderungen
Basische Körperpflege, entschlackende, stoffwechsellanregende Wickel
Infos zur Gesunderhaltung des Körpers

Kursleiterin: Lydia Arnold, Gesundheitspädagogin, Schattdorf, www.yogaly.ch

Wochenpauschale: Wochenpauschale EZ / WC und Dusche **CHF 1260.00**
Wochenpauschale DZ / WC und Dusche **CHF 1140.00**
(nicht inbegriffen sind Kosten für Postauto, Bergbahnen)

Wichtig: **Die Anmeldung ist verbindlich.**
Die Annullationsversicherung ist Sache der Teilnehmer.
Die Anmeldungen und Zimmerwahl werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

ANMELDUNG für die Entschlackungswoche vom 13. – 19. Juli 2019

Frau / Herr

Vorname:

Name:

Strasse:

PLZ / Ort:

e-mail:

Tel.:

Einzelzimmer

Doppelzimmer

Geb.Datum:

Ort, Datum:

Unterschrift:

Einsenden an: Lydia Arnold, Mattenweg 17, 6467 Schattdorf oder E-Mail: lyos.arnold@bluewin.ch