

ENERGIEwoche INSPIRATION & BEWEGUNG

Sonntag 29. August – Freitag 3. September 2021

Inspiration bedeutet, sich die Freiheit zu nehmen, das Leben bewusst zu leben.

Hast du Lust in der wundervollen Biosfera Val Müstair frische Energie zu tanken und deine mentale Power zu leben und weiterzuentwickeln?

Sehr gerne begleiten wir dich mit wirkungsvollen Tools der Neuen Zeit. Lerne deine Energien optimal zu lenken und bewege dich nach Lust und Laune. Du hast genügend Raum und Zeit für dich und dein persönliches Weiterkommen. Eine magische Ferien- und ENERGIEwoche zum Geniessen, in einer intakten Natur.

.....

Lass dich inspirieren für deinen Körper, Geist und Seele von

- Mentaltraining • Yoga und Pilates für Einsteiger und Könner • Meditation • Wandern
 - Bewusstsein erweitern • (E-)Biken • Energie tanken und persönliche Energiebalance
 - Mindset-Training • Mindful-Running/- walking und Laufschulung • (Selbst-)Hypnose
 - Brain & Move • Tiere und Pflanzen beobachten • Kulturprogramm
-

Programm:

- Individuelle Anreise, Sonntagabend um 18 Uhr Begrüssungsapéro
 - Montag bis Freitag (16 Uhr Kursschluss) morgens und nachmittags Angebot gemäss Wochenplan (workshopmässig)
 - Unsere Indoor-Aktivitäten finden im schmucken „Chasté da Cultura“ in Fuldera statt.
-

Im Pauschalpreis inbegriffen:

- Aus- und Weiterbildungsangebot INSPIRATION & BEWEGUNG, inkl. Zertifikat
- Halbpension mit Biosfera-Schlemmerfrühstücksbuffet und abends 5-Gang Spezialitäten-Menu, Tourentee, Begrüssungsapéro
- Zimmer, ausgestattet mit Arvenmöbel aus der Dorfschreinerei, Dusche / WC, Föhn, Internetanschluss und WLAN, TV mit Radio, Safe

Nicht inbegriffen: Mittags-Lunch nach Wahl, im Hotel bestellbar



GEORGIA Bucher Dittrich
Mentorin für Coaches der Neuen Zeit
ENERGYzerin
www.georgia-life-energy.com

ANGELICA Bucher-Manzardo
Turn- und Sportlehrerin
PersonalTrainerin BEWEGUNG & INSPIRATION
www.bucher-fitness.ch

Willkommen sind alle Interessierten,
die sich gerne inspirieren lassen für
ein bewusstes und bewegtes Leben,
im Einklang mit der Natur.

GEORGIA und ANGELICA gehen achtsam
auf deine Wünsche und Bedürfnisse ein
und gestalten das jeweilige Tagespro-
gramm workshopmässig und flexibel.

Pauschalpreis pro Person:

CHF 1'990.– im Doppelzimmer
CHF 2'080.– im Einzelzimmer

Dein Aufenthalt im Landgasthof STAILA kannst
du nach Belieben vor und nach der ENERGIEwoche
verlängern.

Für weitere Informationen

**Hotel Landgasthof
Staila Fuldera
Irène und Roman Hohenegger-Heini
Annina und Heinz Wymann-Hohenegger**

Via Maistra 20
CH-7533 Fuldera
T +41(0)81 858 51 60
F +41(0)81 858 50 21
info@hotel-staila.ch
www.hotel-staila.ch

**Angelica Bucher-Manzardo
Personaltrainerin
BEWEGUNG & INSPIRATION**

Löwen-Terrasse 5
6006 Luzern
T 078 790 00 05
angelica@bucher-fitness.ch
www.bucher-fitness.ch

Anmeldeformular

Die Anmeldung für Aktivferien ist online, telefonisch oder schriftlich möglich, jedoch jeweils spätestens bis 14 Tage vor Beginn des Aktivprogramms. Durchgeführt wird das Aktivprogramm, Schneeschuhwanderwochen und Wanderwochen, jeweils ab 5 Teilnehmenden.

Name Pauschalwoche:

.....

Datum des Aufenthaltes:

.....

Name, Vorname:

.....

Geburtsdatum:

.....

Strasse:

.....

PLZ / Ort:

.....

Telefonnummer:

.....

E-Mail:

.....

Anzahl Personen:

.....

Ich habe ein Halbtax.

Anzahl Zimmer:

.....

Ich habe ein GA.

Ich habe kein Halbtax und kein GA.

Unterschrift:

.....

Bis 30 Tage vor Anreise ist die Annullation kostenlos, bis 15 Tage 20%, bis 7 Tage 30% und unter 7 Tage vor Anreise 50% des Arrangementspreises, falls das Zimmer nicht weiter vermietet werden kann. Bei vorzeitiger Abreise wird das Zimmer laut Buchung in Rechnung gestellt.

Bitte einsenden an:

Hotel Landgasthof Staila Fuldera

Via Maistra 20, CH-7533 Fuldera

T +41(0)81 858 51 60, F +41(0)81 858 50 21

info@hotel-staila.ch, www.hotel-staila.ch

