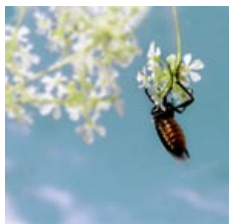


Mach mal Pause!



Frühlingswochenende im Wendland 16.-18.4. und 23.-25.4.2010

Natur Körpertraining (Yoga-Pilates)

Erholung

Programm

Den Körper in Schwung bringen, den Frühling genießen und ein Wochenende in der Natur verbringen...

Belebende oder entspannende Bewegungssessions (Yoga / Pilates) sorgen dafür, dass die Energien in Deinem Körper wieder frisch wie der Frühling fließen. Zusätzlich können kinesiologische Einzelbehandlungen vereinbart werden, um den Körper individuell zu stärken. Und beim Spazierengehen in der Natur kannst Du einfach mal die Seele baumeln lassen.

Beitrag: 145.- € inkl. Sessions und Bio-Verpflegung
Frühbucherrabatt bis 14. März: nur 130.- €!

Mehrbettzimmer: 10.-€ / Nacht

Doppel- und Einzelzimmer auf Anfrage

Ort: Tagungshaus des Lomizil e.V. in Lomitz (Wendland)

Anmeldung + Tel. 030 - 291 00 17 info@bewegung-training.de

Infos: www.bewegung-training.de

Kursleitung



Jan Obrtel
Schauspieler, Fitnesstrainer,
Tanzpädagoge

Yoga



Kerstin Köhler
Tänzerin und Choreographin

Pilates



Hermann Schröder
Heilpraktiker mit Schwerpunkt
Kinesiologie

Kinesiologische Einzelbehandlung

Unterkunft und Umgebung



Das Tagungshaus des Lomizil e.V. wurde ökologisch aus- und umgebaut. Es stehen 2-4 Bettzimmer für die Übernachtung und ein geräumiger Festsaal für das Seminarprogramm zur Verfügung.



Das Wendland bietet eine wunderschöne Landschaft, die zum Spazierengehen und Wandern einlädt. Wer Ruhe und Erholung sucht, sich nach Stille und Natur sehnt - der findet sie hier.



Frühlingswochenende im Wendland 16. - 18.4. / 23.-25.4.2010

Anmeldeformular

Name _____

Straße _____

Stadt _____

Tel. _____

email _____

Hiermit melde ich mich verbindlich für den Frühlingsworkshop an:

16.-18.4.2010

23.-25.4.2010

Den Teilnehmerbeitrag für Sessions und Verpflegung in Höhe von 145.- € / 130.- € habe ich in bar bezahlt / auf untenstehendes Konto überwiesen. Wegbeschreibung und weitere Infos erhalte ich nach Anmeldung per Post oder mail.

Bei Absage bis 1.4.10 wird der Betrag in voller Höhe erstattet, bis 8.4.09 abzüglich 30%. Bei späterer Absage / Nichterscheinen kann leider keine Erstattung erfolgen.

Datum

Unterschrift

Bankverbindung: Jan Obrtel BLZ 100 500 00 Konto 14 380 633

Jan Obrtel
Dunckerstr. 4
10437 Berlin
Tel. 030 - 291 00 17
info@bewegung-training.de
www.bewegung-training.de

Mach mal Pause!