

## Anmeldung

### Entspannen & Loslassen: Fasten - Wandern - Kultur + 1 ½ Aufbau-tage in der Provence 2025

Name..... Vorname.....  
Straße..... PLZ.....Ort.....  
Telefon..... Mobil.....  
E-Mail..... Geb. Datum.....

Ich habe bereits Fastenerfahrung:  ja  nein

Ich melde mich verbindlich zum Fasten an:  28.03. - 04.04.2025 Fasten/Wandern/Kultur 1  
 11.04. - 18.04.2025 Fasten/Wandern/Kultur 2 Karwoche  
 26.04. - 03.05.2025 Fasten/Wandern/Kultur 3  
 19.09. - 26.09.2025 Fasten/Wandern/Kultur 4  
 03.10. - 10.10.2025 Fasten/Wandern/Kultur 5  
 18.10. - 25.10.2024 Fasten/Wandern/Kultur 6

Bitte reservieren Sie für mich ein Zimmer  EZ  
 DZ → ich teile das Zimmer mit.....

Falls Sie schon wissen, wie Sie anreisen werden:

Ich komme mit dem Auto  Ich komme mit dem Zug und möchte den Transfer nutzen für € 15,-pro Fahrt:  
(Nur gültig für TGV Bhf.)  
Ankunft Avignon TGV..... Uhr

Alle Kurse beginnen am Anfangsdatum um 19:00 Uhr (Nachzügler aufgrund von späten Bahnverbindungen natürlich willkommen) und enden am Enddatum um 8:00 Uhr-frühe Bahnverbindungen werden problemfrei erreicht.

#### Inklusiv - Leistungen zum Energieausgleich: Ankomst mit Tee + 5 Fastentage + 1 kompletter Aufbau-tag + 1 Aufbau-frühstück am zweiten Aufbau-tag

Einfühlsame und professionelle Fastenbegleitung & Versorgung, 5x meditative morgendliche Energieübungen aus dem Tai-Chi & Qi-Gong, 4x geführte Wanderungen ohne Hektik mit Erlebnissen provençalischer Kunst, Kultur, Land und Leute, 1 begleiteter Ausflug auf einen provençalischen Markt und 1 begleiteter Ausflug ans Meer, vielseitige Informationsunterlagen zur Vorbereitung 2 Wochen vor Beginn, Inputs rund ums Fasten & Essen während der Fastenwoche und für die Zeit nach dem Fasten, Säfte, hochwertige Fastenverpflegung aus frischen, regionalen Produkten, Fastenbegleiter (Honig, Öl, Basenbad, Wasserkocher) kleine behagliche Zimmer, gratis Parkplätze auf dem Hotelgelände, **Highlight: Aufbaumenü am Abend des Fastenbrechens + Aufbau-frühstück am zweiten Aufbau-tag**  
Tee-Bar, W-Lan, Swimming-Pool, wunderschöner Garten  
Zimmerreservierung (teilweise mit kleiner Terrasse)

#### Energieausgleich Fastenwoche & Zusatzangebote

**Fastenbegleitung:** Fasten/Wandern/Kultur, 7 Nächte € 555,00 (Anreise ½ Tag mit Teeverkostung + 5 Tage Fasten + 1 Aufbau-tag + Aufbau-Frühstück am Abreisetag ½ Tag)

**Zusatzangebote vor Ort zubuchbar:** Entspannung & Stressbewältigung mit Energiebehandlungen 90 Min. für € 120,- bei mir / Coaching 60 Min. für € 120,- bei mir / Massage 30 Min. für € 40,-/50 Min. für € 70,-; die Masseurin kommt ins Haus, Kulinarisches Aufbau-Rückreise-Paket mit provençalischen Köstlichkeiten € 15,- (Bestellung bei Buchung oder vor Ort am Anreisetag)

**Preise Übernachtung im romantischen Familienhotel Castel Mouisson\*\*\*\* in Barbentane (Landeskategorie)**

pro Person 7 Nächte normalerweise ab € 91,- bis € 110,-

**Wenn Sie über mich reservieren: Für meine Fasten-Gäste zum Spezial-Rabattpreis:**

**1 Nacht EZ € 68,58 p. N. (statt € 80,-) = € 480,- für 7 Nächte (statt € 560,-)**

**1 Nacht DZ € 79,72 p. N. (statt € 93,-) = € 558,- für 7 Nächte (statt € 651,-)**

Nicht im Preis enthalten: An- und Abreise (ich gebe gerne Tipps); Transfer TGV Bahnhof Avignon zum Hotel pro Person/Fahrt € 15,-Eintrittsgelder, Fahrten vor Ort: Fahrtkosten zu den Wanderungen/Ausflügen werden vor Ort je nach verfügbaren + erforderlichen Autos auf alle Teilnehmenden umgelegt

#### Rabatte

Frühbucherrabatt:

bis 90 Tage vor Beginn € 25,- / Person

Freundschaftsrabatt:

Pro geworbene Person € 35,- (ausgenommen sind Ehe - und Lebenspartner)

#### Anmeldung & Bestätigung

Nach Eingang der schriftlichen Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung und Rechnung mit den Angaben zur Begleichung des Energieausgleiches. Dieser ist innerhalb von 14 Tagen nach Erhalt der Rechnung zu begleichen. Bei kurzfristigen Buchungen ist der Rechnungsbetrag nach Rechnungserhalt zu begleichen. Stornierungsbedingungen finden Sie in den AGBs. Ich empfehle eine Reiserücktrittsversicherung.

Rechnung bitte begleichen auf das Konto: **Angela Matzat, Commerzbank Hannover, IBAN: DE56 2508 0020 0188 0081 00**

#### Haftung

Jede/r Teilnehmer/in ist für sich selbst verantwortlich und erklärt mit seiner Anmeldung, dass er selbst die Verantwortung für seine Gesundheit und sein Handeln für das jeweils gewählte Angebot übernimmt und die Veranstalterin von sämtlichen Haftungsansprüchen vor, während und nach einem Angebot freistellt. Für Schäden an Eigentum und Gesundheit haftet die Veranstalterin nicht.

**Ich bestätige mit meiner Unterschrift, dass ich mich für gesund halte und freiwillig und in eigener Verantwortung an diesem Angebot teilnehme. Die Teilnahmebedingungen (finden Sie auf meiner Homepage [www.finde-leichtigkeit.de](http://www.finde-leichtigkeit.de)) sind mir bekannt und ich erkenne sie an.**

Datum..... Unterschrift.....

**Anmeldung an:** Angela Matzat, Weistfeld 55, 30539 Hannover, ☎+49 177 6396678 ✉info@finde-leichtigkeit.de,  
[www.finde-leichtigkeit.de](http://www.finde-leichtigkeit.de)