

Anmeldung Angebote im Oberharz 2024

Veganes Detox-Retreat / Winterfasten / Basenfasten / Fasten mit Entlastungstagen + Aufbauwoche

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

Ich habe bereits Fastenerfahrung: ja nein

Ich melde mich verbindlich an:
Termine Oberharz 2024

2024

- Sa 20.07. – Sa 27.07.2024 **Sommererfasten-Wandern-Entspannung mit 1 ½ Aufbau Tagen**
- Sa 27.07. – Fr 02.08.2024 **Basenfasten-Wandern-Entspannung oder Kombinierbar:**
- Sa 20.07. – Fr 02.08.2024 **Sommerfasten-Wandern-Entspannung mit 2 Entlastungstagen + 6 ½ Tage Aufbauwoche**
- Do 22.08. – So 25.08.2024 **Veganes Sommer-Detox-Retreat**
- Do 14.11. – So 17.11.2024 **Veganes Winter-Detox-Retreat**
- Fr 29.11. – Fr 06.12.2024 **Basenfasten-Wandern-Entspannung**

Bitte reservieren Sie für mich ein Zimmer: Einzelzimmer Doppelzimmer zur Einzelnutzung Doppelzimmer

Sie erhalten vom Hotel eine separate und verbindliche Buchungsbestätigung und zahlen das Hotel-Paket mit Vollpension separat im Hotel.

Falls Sie schon wissen, wie Sie anreisen werden:

Ich komme mit dem Auto Ich komme mit dem Zug

Der nächstgelegene Bf. mit guter Busanbindung nach Clausthal-Zellerfeld ist Goslar Hbf Anreisetipps gerne auf Nachfrage

Alle Fasten-Kurse beginnen am Anfangsdatum um 15:30 Uhr und enden am Enddatum um 9:30 Uhr.

Das Detox-Retreat beginnt donnerstags um 13:00 und endet am Sonntag um 12:00

Informationen für Ihre Vorbereitung:

Inklusiv – Leistungen Retreat Detox & Entspannung

Einfühlsame und professionelle Begleitung und Beratung zu Ernährung und Stressbewältigung, Einführung in Stressbewältigung und Ernährung, morgendliche Energieübungen aus dem Tai-Chi & Qi-Gong mit meditativem Morgengang, Entspannungsmeditationen am Abend zur Stressbewältigung im Alltag, Alle Leistungen vom Hotel erhalten Sie mit Ihrer Buchungsbestätigung

Inklusiv – Leistungen Fasten-Wandern-Entspannen / Basenfasten / Fasten mit Entlastungstagen + Aufbauphase

Einfühlsame und professionelle Fastenbegleitung, meditative Morgengänge mit sanften Energieübungen aus dem Tai-Chi & Qi-Gong, geführte Wanderungen, tägliche Fastengespräche, Inputs rund ums Fasten & Essen, geführte Entspannungsreisen zum Stressabbau am Abend, exklusiv ausgewählte Informationsunterlagen zur Vorbereitung, während der Fastenwoche und für die Zeit nach dem Fasten
Bei **Buchungen mit Entlastungstagen + Aufbauwoche** werden Sie natürlich mit weitem täglichen Entspannungsreisen am Abend verwöhnt und erhalten zudem ausgiebige Inputs rund um bewährte Stressbewältigungs- und Entspannungstechniken für den Alltag.

Übersicht Investition Detox-Tage / Fasten / Basenfasten / Fasten + Aufbauwoche (exkl. Hotel)

Stressausgleich: Detoxstage **4 Tage € 260,-p.P.**

Stressausgleich: Winterfasten/Wandern/Entspannung **mit 1 ½ Aufbau Tagen** oder Basenfasten **je 7 Tage € 455,-p.P**

Stressausgleich: Fasten/Wandern/Entspannung **mit 2 Entlastungstagen + 6 ½ Aufbau Tagen 14 Tage € 845,00 p.P.**

Hinzubuchbare Angebote: Energiebehandlungen 90 Min. € 120,- / Coaching 60 Min. 120,- Vorab Anmeldung bei mir empfehlenswert

Rabatte

Frühbucherrabatt DETOX-Retreat € 15,- bis 90 Tage vor Beginn

Freundschaftsrabatt: DETOX-Retreat: € 20,- (ausgenommen Ehe-und Lebenspartner)

Frühbucherrabatt Fastenangebote: € 15,- bis 90 Tage vor Beginn

Freundschaftsrabatt Fastenangebote: € 25,- (ausgenommen Ehe-und Lebenspartner)

Anmeldung & Bestätigung

Nach Eingang der schriftlichen Anmeldung erhalten Sie Ihre Rechnung für das gewählte Fastenangebot oder Retreat. Das Hotel sendet Ihnen gleichfalls eine Bestätigung für Ihre Buchung zu. Das Hotel zahlen Sie vor Ort.

Den Stressausgleich für das jeweilige Fastenangebot / Detox-Retreat bitte überweisen auf das Konto:

Angela Matzat, Commerzbank Hannover, IBAN: DE56 2508 0020 0188 0081 00

Ausführliche Information zur Vorbereitung und Einstimmung und eine Liste der mitzubringenden empfohlenen Dinge erhalten Sie ca. 2 Wochen vor Beginn der Fastenangebote.

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) 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