Anmeldung

Entspannen & Loslassen: Fasten – Wandern – Kultur + Aufbautage in der Provence 2026

Name..... Vorname.....

Straße..... PLZ.....Ort.....

Telefon..... Mobil.....

E-Mail..... Geb. Datum.....

Ich habe bereits Fastenerfahrung: ☐ NEIN ☐ JA Fastenart:.....
Allergien/Unverträglickeiten/Medikamente(wofür):.....
.....
.....

Ich melde mich verbindlich zum Fasten an:

☐ Fr 27.03. – 03.04.2026	Fasten/Wandern/Kultur 1 Karwoche
☐ Sa 11.04. – 18.04.2026	Fasten/Wandern/Kultur 2
☐ Fr 24.04. – 01.05.2026	Fasten/Wandern/Kultur 3
☐ Fr 25.09. – 02.10.2026	Fasten/Wandern/Kultur 4
☐ Sa 10.10. – 17.10.2026	Fasten/Wandern/Kultur 5
☐ Fr 23.10. – 30.10.2026	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: Ankunft mit Tee + 5 Fastentage + 1 kompletter Aufbautag + 1 Aufbaufrühstück am zweiten Aufbautag
Einfühlsame und professionelle Fastenbegleitung & Versorgung, 5x meditative morgendliche Energieübungen aus dem Tai-Chi & Qi-Gong, 4x geführte Wanderungen ohne Hektik mit Erlebnissen provencalischer Kunst, Kultur, Land und Leute, 1 begleiteter Ausflug auf einen provencalischen Markt und 1 begleiteter Ausflug ans Meer, umfangreiche Informationsunterlagen zur Vorbereitung 2 Wochen vor Beginn, exklusive, fachkompetente Inputs rund ums Fasten & Essen während der Fastenwoche und umfangeiche Unterlagen & Rezepte für die Zeit nach dem Fasten, Säfte, hochwertige Fastenverpflegung aus von mir persönlich frisch zubereiteten, regionalen Produkten, Fastenbegleiter (Honig, Öle, Basenfußbad, Fußwanne,Wasserkocher) kleine behagliche Zimmer, gratis Parkplätze auf dem Hotelgelände, Highlight: **Aufbaumenü von mir persönlich zubereitet am Abend des Fastenbrechens + Aufbaufrühstück am zweiten Aufbautag** Tee-Bar, W-Lan, Swimming-Pool, wunderschöner Garten
Zimmerreservierung (teilweise mit kleiner Terrasse)

Energieausgleich Fastenwoche & Zusatzangebote
Fastenkurs: Fasten/Wandern/Kultur, **7 Nächte € 555,00 Beginn Anreisetag 19:00**
Zusatzangebote vor Ort hinzubuchbar: Entspannung & Stressbewältigung mit Energiebehandlungen 90 Min. für € 95,- bei mir / Coaching 60 Min. für € 69,- bei mir / Massage 30 Min. für € 40,-/50 Min. für € 70,-; die Masseurin Delphine kommt ins Haus, Kulinarisches Aufbau-Rückreise-Paket mit provencalischen 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:
€ 480,- für 7 Nächte (statt € 560,-)
€ 560,-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:	Freundschaftsrabatt:
bis 90 Tage vor Beginn € 20,- / Person	Pro geworbene Person € 30,- (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) 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-leichtigleit.de**