

ayurveda GENUSS-WOCHENENDE IN SCHLOSS BLUMENTHAL

Ruhe, Erholung, wohltuende ayurvedische Anwendungen und neue Inspirationen für den Alltag erwarten Sie an diesem Wochenende in Schloss Blumenthal. Individuelle Beratung, Grundlagen der ayurvedischen Lehre mit Kochkurs für ausgeglichene, bekömmliche Art der Ernährung, eine ayurvedische Behandlung und angeleitete Meditationen sind im Programm enthalten. Wir beginnen den Tag mit aktivierenden Körperübungen, abends beschließen wir ihn mit einer Entspannungsübung oder Meditation. Tagsüber gibt es genügend Zeit zum Ausruhen.

Behandelt werden Sie in diesen Tagen von den Ayurveda-Therapeutinnen Sabine Horack (HP) und Margit Mooster. Das Angebot ist begrenzt auf 4 Personen. Genießen Sie kompetente Beratung, wohltuende Behandlungen, inspirierende Gespräche sowie die liebevolle und persönliche Atmosphäre.

Beginn: Freitag 3.12. um 15 Uhr bis Sonntag 5.12.2021 ca. 18:30 Uhr

Leitung: Sabine Horack, HP und Ayurvedatherapeutin (www.heilpraxis-blumenthal.de) und Margit Mooster, Ayurveda-Wellness Therapeutin (www.wellness-in-stille.de)

376 € inkl. Behandlung, Kochkurs, Yoga, Meditationen und ayurvedische Mahlzeiten
Info und Anmeldung bei: Sabine Horack, s.horack@heilpraxis-blumenthal.de

Bitte buchen Sie Ihr Hotelzimmer direkt über:
hotel@schloss-blumenthal.de

Preis für 2 Hotel-Übernachtungen
mit Frühstücksbuffet:

Im Standard-Einzelzimmer: 198 €

Im Komfort-Doppelzimmer: 139 €/Person



Sabine Horack



Margit Mooster

