Eine kulinarische Reise mit Tanz und Meer für Frauen

vom 11.-17.10.2019

mit Annegret Schwarz und Marlis Kretschmer

Im Holthof Wendelstorf

Annegret Schwarz

Ich lade Dich ein mit allen Sinnen zu genießen!!! Eine individuelle Reise die Frische, Duft, Farbe, Form, Geschmack und Lebendigkeit der Zutaten mit Achtsamkeit zu entdecken. Gewürzt mit Humor und einer Prise Meer-Salz.

Mobil: 0172 732 40 97
kontakt@vitalpraxis-morgentau.de
www.vitalpraxis-morgentau.de

Marlis Kretschmer

Ich lade dich ein, dem Leben tanzend zu begegnen. Du bist eine einzigartige Frau hier auf Erden und bereicherst mit deinen Farben die Gemeinschaft.
Im bewegenden Tanz wird ein Meer aus Freude, Liebe und Lebendigkeit entstehen.

Mobil: 01577 830 63 42
info@biodanza-dessau.de
www.biodanza-dessau.de

Eine Wohlfühl-Woche für dich!

Liebe Teilnehmerin,

sei herzlich eingeladen zu dieser besonderen, bewegenden Reise mit farbenfrohen, genussvollem Essen und Ausdruck deiner Lebensfreude durch Tanz.

Wir sprechen alle deine Sinne durch Nahrung für Körper, Geist und Seele an.

Fühle dich wohl in der Gemeinschaft und genieße sowie zelebriere dein Frau-Sein.

Unser Tag

Die Tage sind thematisch eingeteilt.

- Mit einer Meditation begrüßen wir den Tag.
- Atmen die frische Meeresluft.
- Tanzen mit Leichtigkeit unser Leben.
- Erfahren Wissenswertes über Lebensmittel und ihre vielfältige Verwendung.
- Kreieren gemeinsam farbenfrohe und wohltuende Gerichte

Der Holthof

Der Holthof in Wendelstorf nahe der Ostsee bietet uns eine wunderbare Unterkunft und einen schönen Seminar-Tanz-Raum.
www.holt-hof.com

Annegret und Marlis füllen diese Reise mit „Nahrung“ auf verschiedensten Ebenen für alle Sinne.

Teilnahme

Mit deiner Teilnahme, wird diese einzigartige, tanzend - kulinarische Reise möglich.

6 Tage Seminar kosten dich 675€ inklusive Übernachtung in 2-3 Bett Zimmern und Verpf egung.

Die Zahl der Teilnehmerinnen ist begrenzt.
Bitte gebe uns bis spätestens 01.08.2019 eine verbindliche Anmeldung.

Für weitere Informationen melde dich bitte bei uns. Du erhälst dann ausführliche Informationen über den Ablauf der Veranstaltung sowie die Teilnahmebestätigung.

Wir freuen uns auf dich, ganz getreu dem Motto:

Wohlfühlen
Genießen
Bewegen
Meer

Wohlfühlen – Genießen – Bewegen – Meer