

Basisches Wohlfühl-Wochenende in Stels vom 6. - 8.9.2024



Datum:

- Freitag, 6.9.2024 – Anreise vor dem Mittagessen um ca. 11.30 Uhr
- Sonntag, 8.9.2024 – Abreise nach dem Mittagessen um ca. 14 Uhr

Kursleiterin:

Kirsten Pirotta, Tramstrasse 31, 5034 Suhr

mail@pirotta.ch, +41 79 582 63 73

www.pirotta.ch

Veranstaltungsort:

Seminarhotel Stelserhof, Hof 13, 7226 Stels

mail@stelserhof.ch, +41 81 328 11 49

www.stelserhof.ch



Gruppengrösse:

6 bis max. 12 Teilnehmer*innen

Zimmer:

- DZ mit Dusche/WC Preis pro Nacht: CHF 157,00 p.P.
- EZ mit Dusche/WC Preis pro Nacht: CHF 177,00 p.P.
- DZ mit Lavabo Preis pro Nacht: CHF 134,00 p.P.
- EZ mit Lavabo Preis pro Nacht: CHF 154,00 p.P.

Alle Preise verstehen sich inkl. MwSt., Vollpension und Seminarraum inkl. Ausstattung, exkl. Kurtaxen



Zuschläge:

- Kurtaxe CHF 3.- p.P. + Nacht
- Anreise vor dem Mittag inkl. Mittagessen CHF 36.- p.P.

Reservationen:

Die Zimmerreservation und Bezahlung bitte direkt nach Kursanmeldung beim Stelserhof vornehmen unter: <https://stelserhof.ch/zimmerreservation/>

(auf der Homepage stelserhof.ch unter Kontakt → Zimmerreservation oder telefonisch)

Programm:

Wochenendbegleitung der Kursleiterin inkl. Programm-Angebot und Organisation. Frei nach dem Motto «Alles kann, nichts muss!»:

- Yoga
- Meditation
- Faszientraining
- Wanderung
- Inputs zu Ernährung, Gesundheit und Wohlbefinden
Individuelle Wunschthemen sind willkommen
- gemeinsamer Austausch
- unterstützende Produkte und Lektüre zur Entgiftung und Wohlbefinden
- Physikalische Gefässtherapie zur Unterstützung der Entgiftung und Durchblutungsanregung



Anmeldung & Kursgebühren:

Die Anmeldung erfolgt telefonisch oder schriftlich bei der Kursleiterin. Daraufhin wird dir eine Anmeldebestätigung zugeschickt.

Die Teilnahme ist mit deiner Unterschrift und der Bezahlung der Kursgebühr von CHF 170.- an die Kursleiterin verbindlich!

Anmeldeschluss ist der 1.8.2024!

Für die Unterkunft gelten die AGB's des Stelserhofes.

Ich empfehle eine Reiseschutzversicherung!

Verpflegung:

Der Stelserhof bietet eine frische + saisonale Küche mit Produkten aus der Region. Am **basischen Wohlfühl-Wochenende** werden wir mit ausschliesslich basenbildenden Nahrungsmitteln verwöhnt, um unseren Körper bei der inneren Reinigung zu unterstützen.

- Frühstück: ca. 8-9 Uhr
- Mittagessen: ca. 12-13 Uhr (Salate, Hauptgang und Dessert)
- Abendessen: ca. 18 Uhr (Suppe)

Wasser, Bio Kräutertees, sowie Früchte und Dörrfrüchte stehen jederzeit kostenlos zur freien Verfügung!



Weitere Angebote:

- Massage: Auf Wunsch kann gerne eine Massage für CHF 60.- pro ½ Stunde dazu gebucht werden. Bitte vorgängig bei der Kursleiterin anmelden!



- Basenfasten Theorie: Bei Interesse an einer theoretischen **Einführung in das Thema Basenfasten inkl. Unterlagen** und Entgiftungsmöglichkeiten ist ein vorgängiger Zoom-Call von ca. 1½ Stunden für CHF 150.- möglich.

Für Rückfragen oder weitere Informationen stehe ich dir gerne zur Verfügung!

Ich freue mich auf ein gemeinsames, entspanntes Wochenende!

