LEBE DEIN BESTES LEBEN

5 TAGE INTENSIV IN SCHWEDEN

KOMPLETTPREIS PRO PERSON INKL. VOLLPENSION

im Einzelzimmer
18.750,-SEK
(ca. 1.820,-€ / 1.890,-CHF)

im Doppelzimmer
16.250,-SEK
(ca. 1.580,-€ / 1.640,-CHF)

ANREISE 02.10.2022
ABREISE 07.10.2022

Buchungskontakt:

Andrea König
bewegenmitandrea@gmail.com
Tel.: 0046 73 394 1624

Der Wake-Up-Kurs richtet sich an Frauen, die sich in Schweden Zeit für sich gönnen wollen und ihren Beckenboden und Körper neu spüren möchten.

Hormone
Beckenboden
Faszien

In einer kleinen Gruppe von max. 14 Personen werden wir gemeinsam den ***ersten Wake-Up-Kurs in Schweden*** genießen. In dieser Woche steht ein kraftvoller und elastischer Beckenboden im Mittelpunkt. Dabei lassen wir Raum für viel Variantenreichtum im Sinne der Faszien. Doch auch die Hormone bringen wir durch Bewegung ins Gleichgewicht und runden mit einer hormongerechten Ernährung, aus dem eigenen Garten, ab.

Natürlich bleibt dir neben den täglichen Bewegungsprogrammen und Themeninhalten genügend Zeit zur Erholung. Die Lokation liegt direkt an einem wunderschönen schwedischen See mit toller Aussicht. Ob beim Lesen auf der Terrasse, bei gemeinsamen Aktivitäten oder beim Spaziergang durch den Wald, wirst du Ruhe und Kraft tanken und nach dieser Woche entspannt und zufrieden, mit viel neuer Schweden-Energie und neuen Impulsen für deinen Alltag zurückkehren.

Wenn du dir Zeit für dich gönnen möchtest und deinen Beckenboden und Körper neu spüren möchtest, dann ist der Wake-Up-Kurs genau richtig für dich.

Das Einzige um was du dich kümmern musst, ist die Anreise, den Rest übernehmen wir. Natürlich stehen wir dir dabei zur Seite.

Hier findet alles statt:
Sörängsvägen 11
362 40 Konga

Wohlfühlen
Aktiv
Körperlich
Erholung

Urlaub
Persönlich

Die Lokation liegt mitten im Wald direkt am See. Wir sind unter uns und haben rund ums Haus viele Möglichkeiten.