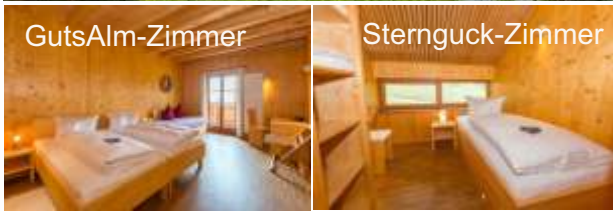




GutsAlm-Zimmer

Sternguck-Zimmer



Seminar: 390 Euro pro Person für gesamtes Seminar incl. Begleitung und Organisation der 5 Tage am Harlachberg.

Hotel GutsAlm: 4 Übernachtungen zzgl. Verpflegung und Kurtaxe

Sternguck-Zimmer (Atelierhaus „Ida Segl“)
EZ 55 EUR p.P./Nacht (*) oder
GutsAlm-Zimmer (naturnahes Gästehaus)
DZ 75 EUR, EZ 95 EUR p.P./Nacht (*)
Basische Vollpension incl. Seminarverpflegung
35 EUR p.P./Nacht
Kurtaxe 2,50 EUR p.P./Nacht
(*) Preise als Richtwerte; es gelten die Preise
im Zeitpunkt der Zimmerbuchung
www.harlachberg.de

Anmeldung zum Seminar und Hotel bis
spätestens 13.05.2022 (danach auf Anfrage)
Mindestteilnehmerzahl 12 Personen

Dirk Unger, Tel. 08734 939 0455,
Mail: unger-naturheilpraxis@t-online.de
Weitere Infos zum „Basenfasten“ unter
www.unger-naturheilpraxis.de/basenfasten-mit-mir/

Gabriele Moock, Tel. 0171 955 2046,
Mail: gabriele.moock@web.de



Informationen zu meinen
weiteren Reise-Specials
gerne bei mir und ab
Mai 2022 auch unter
www.landshut-unterwegs.de

Ihre Gabriele Moock

Landshut unterwegs



Basenfasten-Seminar Juli 2022

Reise-Special von Gabriele Moock
in Kooperation mit



Nach einem Informationsabend und einer betreuten achtsamen Einklangphase zu Hause erwarten Dich fünf erlebnisreiche ganzheitlich basische Tage in der GutsAlm auf dem wundervollen Harlachberg bei Bodenmais. Die Zeit im naturverbundenen Seminarraum und traumhafter Umgebung der Gutsalm ist u.a. angefüllt mit

- sanften Bewegungseinheiten aus dem Yoga, QiGong und Gymnastik
- Meditationen/ Achtsamkeitsübungen zum Spüren und zum Loslassen
- Kurzvorträgen zum Basenfasten und gesunder Ernährung
- vielfältigen und wohltuenden Kneipp-Erlebnissen
- geführten Wanderungen in den Wäldern um den Harlachberg
- ein Abend mit heilsamen Liedern zum Zuhören und zum Mitsingen
- Austausch in der Gruppe aber auch Zeit für DICH allein.

Umrahmt werden diese Tage mit einer genussvollen basischen Vollpension incl. Seminarverpflegung. Im Nachgang kannst Du die basische Ernährung zu Hause fortführen und neue Ideen in Deinen Lebensstil übernehmen.



Das Basenfasten-Seminar ist für alle interessant, die ...

- eine basische Ernährung und basische Anwendungen kennen lernen wollen
- gesundes Essen schätzen und ihrem Körper etwas Gutes tun möchten
- sich eine Auszeit für Seele und Körper wünschen
- Kraft tanken und vom Alltag loslassen wollen
- offen für Neues sind und einen Austausch unter Gleichgesinnten schätzen



Einführungsabend: Do 30.06.2022 ab 19 Uhr. Je nach Coronaregeln in Präsenz oder Online - ZOOM

- Einklangphase: 06. - 09.07.2022 (Mi - Sa) individuell zu Hause
- Intensivphase: 10. -14.07.2022 (So - Do) GutsAlm in Harlachberg, Bayer. Wald
- Nachklangphase: 15.-17.07.2022 (Fr - So) individuell zu Hause

Leitung: Dirk Unger, Heilpraktiker und Kneipp-Gesundheitstrainer
Naturheilpraxis in Marklkofen
unger-naturheilpraxis@t-online.de

Begleitung:
Gabriele Mook
Gabriele.Mook@web.de

