

Energieausgleich

(für Michaela und Melanie)

425 € Frühbucher bis 31.05.2022

475 € Seminargebühr ab 01.06.2022

Mit der Anmeldung erfolgt die

Anzahlung von 200 € bis
spätestens 31.05.2022.

Zuzüglich Zimmerpreis

(Preise variieren je nach Zimmer-
kategorie, bitte anfragen)

inkl. Verpflegungspauschale

Frühstücksbuffet, Wasser, Obst über
den Tag und 3 Gänge Menü beim
Abendessen.

Die Bezahlung erfolgt vor Ort.

Anreise

1. Flug nach Pisa, von dort
Sammeltaxi nach Terenzana (Dauer
Taxi ca. 1 Stunde, Kosten Taxi ca.
30 Euro)
2. Fahrgemeinschaft mit Zwischen-
übernachtung am Lago Maggiore
3. Eigene Anreise mit dem Auto

Bankverbindung

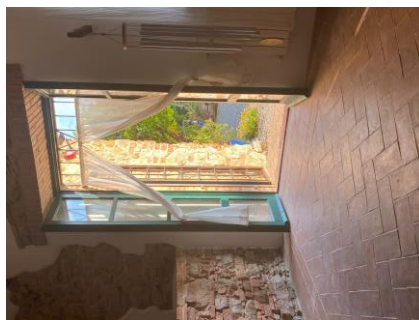
Melanie Bergweiler

Deutsche Kreditbank AG

DE 85 1203 0000 0012 0236 93

Betreff: Toskana Retreat 2022

Das Seminarhotel „Terenzana“ liegt in der wunderschönen Toskana und ca. 70 Km von
Pisa und ca. 25 Autominuten vom Badeort Cecina Mare entfernt.
Dieser Kraftort ist wundervoll geeignet um zur Ruhe zu kommen, die Seele baumeln zu
lassen und Energie zu tanken.
(siehe <https://www.terenzana.com/de/>)



Der Weg des Herzens mit Yoga, Qi Gong und Pilates

in der Toskana in Terenzana
vom 09.10. – 16.10.2022



Wir freuen uns auf Dich
Michaela und Melanie



Melanie Bergweiler

Dipl. Pädagogin, Gesundheitsmanagerin

In meiner über 25-jährigen Erfahrung als Gesundheitsmanagerin und Trainerin in unterschiedlichsten Bereichen und meiner langjährigen Erfahrung als Yogalehrerin und Ayur-Yogatherapeutin, ist es mir am Herzen, Dich in unserem Retreat in Deine Gesundheit und Balance zu bringen, ganz egal welche Vorerfahrungen und Beschwerden vorhanden sind.

Mobil: 0171-2128810

E-Mail: mbergweiler@gmx.de

www.gesundheitsmanagerin.de

Unser Programm

Wir starten den Tag mit einer aufweckenden Yogastunde. Danach gibt es ein sehr leckeres mediterranes Frühstücksbuffet.

Am Nachmittag findet ein unterschiedliches Programm aus Qi Gong, Pilates, Entspannen am Pool und wundervollen Ausflügen statt.

Die Abende klingen aus mit einem liebevoll zubereiteten vegetarischen Essen und anschließendem kleinen Abendprogramm, z.B. Meditationen und Tanzabend.

Die Zeit um zur Ruhe zu kommen, zu Lesen, Schwimmen und ein gemeinsamer Austausch ist ganz wichtig und wertvoll für uns.



Michaela Knitter-Duve

Diätassistentin, Diabetesberaterin

„Genuss am Essen und Freude an der Bewegung ist der Schlüssel für eine stabile Gesundheit“.

Als ganzheitliche Ernährungsberaterin nach Traditioneller Chinesischer Medizin, Yoga und Qigong Lehrerin möchte ich Dich unterstützen in Deine Mitte zu finden und wieder ganz bei Dir anzukommen.

Mobil: 0173-7120520

E-Mail: michaelaknitter@web.de

Preise und allgemeine Geschäftsbedingungen für Gruppen im "Agriturismo Terenzana"

PREISE

Preise pro Person/Nacht mit Halbpension

• Zweizimmer-Apartment 4 oder 5 Personen	• 65€
• Dreibettzimmer	• 70€
• Doppelzimmer	• 75€
• Zweizimmer Apartment für 2 Personen	• 90€
• Einzelzimmer	• 100€

Beinhaltet:

- Endreinigung und Zwischenreinigung (alle 2-3 Tage)
- Bettwäsche und Handtücher (Wechsel, Handtücher alle 4 Tage, Bettwäsche alle 7 T.)
- Strom, Wasser und Gas (Heizkosten)
- Die Nutzung der Gemeinschaftsräumlichkeiten sowie vorhandenem Equipment
- Die Nutzung des Pools (Mai-Oktober)
- Reichhaltiges Frühstücksbuffet
- 3 Gänge Abend-Menü, vorwiegend vegetarisch, saisonal und regional
- Einen Pizzaabend "all-you-can-eat".
- Beim Abendessen sind Wasser und Kaffee inklusive
- Tagsüber gibt es Kräutertee/ Tees und Obst kostenlos.

Zusätzliche Infos:

- Themenabende mit Fisch oder Grillabend werden extra verrechnet + €10/Person
- Alle zusätzlichen Getränke sind extra zu bezahlen.
- Hunde sind herzlich willkommen. €25 einmalig pro Tier.
- Die Zimmerverteilung erfolgt von Seiten Terenzana, Wünsche werden, insofern möglich, berücksichtigt.
- TeilnehmerInnen, die während des Workshops außerhalb wohnen, verpflichten sich während der Workshoptermine an mindestens einer Mahlzeit pro Tag teilzunehmen (€9 Frühstück €9 Mittagessen €16 Abendessen) oder einen Beitrag von €10 pro Tag für die Nutzung der Gemeinschaftsräumlichkeiten zu leisten.
- Die Unterbringung im selbst mitgebrachten Zelt/Wohnmobil ist nur nach Absprache möglich.