

Erlebe die Energie, die Kraft und die Stille der Berge
durch Yoga meets QuantenKinesiologie & Wandern
in den wunderbaren Dolomiten

Die nächste Reise findet vom 09.-16.06.2019 statt.

Ein besonderes Erlebnis im Pragser Wildtal - Italien/Südtirol

**Im Sattel zwischen dem Dürrenstein (2839 m) und der Hoher Gaisl (3146 m)
befindet sich eine Alm, die Plätzwiese.**

**Hier befindet sich unser Hotel,
das Mountain Refugium Hotel Hohe Gaisl auf 2000 m Höhe.**

**Die Unterbringung erfolgt in Standard Doppelzimmern mit Blick auf die
Plätzwiese (Südbalkon)**

oder

in Einzelzimmern mit Blick auf den Dürrenstein (Norden).

unter folgender Adresse findet ihr Angaben zum Hotel

<http://www.hohegaisl.com/en/hohe-gaisl/hotel/familie-mairhofer.html>

Der Preis für die Reise beträgt 790,- €/Person im Doppelzimmer bei eigener Anreise.
Für ein Einzelzimmer werden 10,00 Euro pro Nacht zusätzlich berechnet.

In diesem Preis sind inbegriffen: 7 Nächte, 3/4 Pension, Kurtaxe, Saunawelt,
Saunahandtuch, Schwimmbad, täglich Yoga, Meditation, geführte Wanderungen in
der Umgebung. Bei dieser Reise wird Birgit uns begleiten und das Angebot um
QuantenKinesiologie bereichern.

Wenn wir vor Ort reisen, ist der eigene PKW gefragt. Wir können aber auch hier
gerne Fahrgemeinschaften bilden.

Wir würden uns freuen, dich auf diese Reise mitzunehmen - trotz der langen Anfahrt
(ca. 10 Stunden mit dem Auto von Dissen a. T. W., inklusive Pause). Bei der An- und
Abreise ist es sinnvoll, einen Zwischenstopp auf dem Weg einzulegen um die lange
Fahrt zu entzerren.

Wir erleben diesen schönen Teil der Erde auf eine ganz besondere Art und erfahren
die Energie der Berge und der Stille, wie sie in den Bergen einmalig ist - und
natürlich spüren wir die Energie beim Yoga, bei der Meditation, bei der Kinesiologie,
bei der Quantenheilung, beim Wandern ...

In den ersten Tagen gehen wir leichte Wanderwege. Wobei leichte Wanderwege in den Dolomiten noch einmal anders definiert sind, als z. B. im Teutoburger Wald. Zum Wandern solltest du keine Höhenangst haben und trittsicher sein, wir gehen natürlich keine gefährlichen Wege - aber wir sind halt in den Dolomiten. Eine gute Kondition und Selbstvertrauen (keine Selbstüberschätzung) sind notwendig, da die Dolomiten ein paar Höhenmeter aufweisen. Wir gehen "normale" Wanderwege, die wir schon oft gegangen sind. Klaus mein Mann begleitet uns, führt die Wanderungen, da er sich super in diesen Bergen auskennt. Wir fahren seit dem Jahr 2005 in diese Region, es ist quasi unsere zweite Heimat.

Bei hoffentlich schönem Wetter erwarten dich traumhafte Ausblicke auf diese wunderbare Bergwelt und eine unglaublich klare Luft. Zudem wetterunabhängig Yoga (in einem extra dafür vorhandenen Raum der uns zur Verfügung gestellt wird oder auf der Alm bei Sonne), besondere Erfahrungen in der Meditation, Erfahrungen in der QuantenKinesiologie, Energiearbeit, es gibt zudem viel leckeres Essen (auch vegetarische/vegane Kost), eine Saunawelt und ein Schwimmbad - alles inklusive.

Während dieser Woche können Einzelstunden auch vor Ort sowohl bei Christa in Yoga bei bestimmten körperlichen Beschwerden und Quantenheilung als auch bei Birgit für Kinesiologie und Quantenheilung dazu gebucht werden.

Massagen können im Hotel vorab individuell gebucht werden (diese sind nicht im Preis enthalten).

Leitungswasser aus der eigenen Quelle ist bei den Mahlzeiten, genau wie Kaffee und Tee morgens, im Preis enthalten. Alle anderen Getränke sind exklusive.

Fragen zur Reise oder Anmeldungen für die Reise können mit dem Formular auf den Weg gebracht werden. Wir sende euch dann das Anmeldeformular mit den AGB zu.

Fühlst du dich angesprochen oder hast du Fragen? Dann nutze gerne das folgende Formular und bringe eine ganz besondere Erfahrung auf den Weg.

Wir freuen uns auf euch!

Namasté

Christa & Birgit