

Ein Somati Individuell

ist wunderbar geeignet für Personen

- die den Zugang und den Dialog mit Ihrem Körper verbessern wollen.
- mit konkretem körperlichen Anliegen und konstruktivem Veränderungswunsch.
- welche sich im Leben neu orientieren möchten und ihren Körper als wertvolles Instrument dazu erleben und nutzen wollen.
- in Rekonvaleszenz, vor/nach einer Operation, nach Chemotherapie.
- die eine anregende Auszeit mit liebevoller Unterstützung und Beratung für ihren Körper brauchen.

Inhalt

Verbindung zu meinem Körper - sprudelnde Lebendigkeit und Genialität.

Eintauchen in die Körperwelt - ich erfahre meinen Körper als Instrument zu mehr Kraft, Kreativität und Klarheit im Leben.

Sanftes und achtsames Bewegen am Strand und im Meer.

Persönliche Beratung und/oder Reorganisationsbehandlungen bei konkretem körperlichen Anliegen.

Ich bin der Mittelpunkt im Leben und wie kann ich dies wirkungsvoll umsetzen.

Ihr Gewinn

Sie erhalten Abstand zu Ihrer momentanen Lebenssituation.

Sie fühlen sich leichter, beschwingter, lebendiger und schmerzfreier.

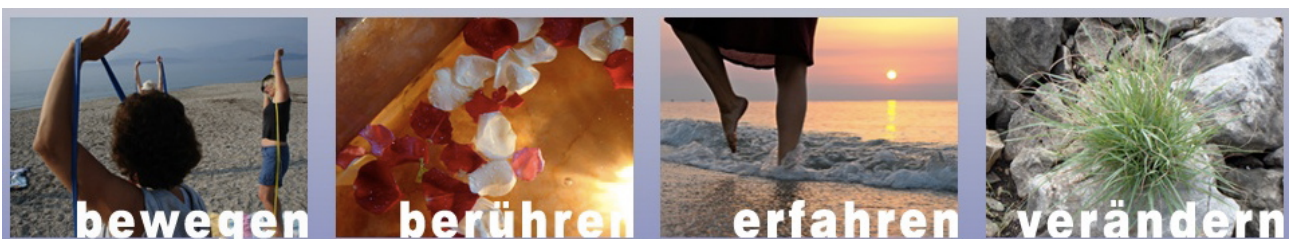
Sie kennen neue Möglichkeiten zur Verbesserung Ihrer Situation oder Thematik.

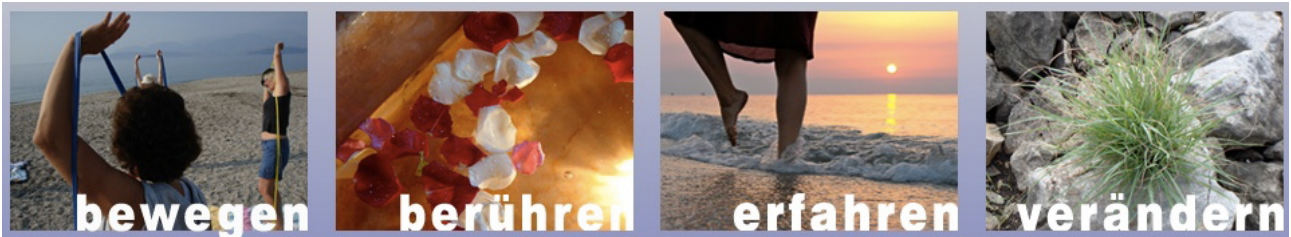
Sie erhalten neue konstruktive Lösungen im Umgang mit Ihrem Thema und können diese spielend in Ihren Alltag einfließen lassen.

Teilnehmerzahl

max. 2 Personen (bei Paaren findet, sofern nicht anders gewünscht, ein Teil zusammen statt.) Daten und Anzahl Tage frei wählbar nach Absprache.

Eine Entscheidung treffen ist der erste Schritt zur Verbesserung





Kosten

für Beratung, Begleitung und Anleitung (3 h) und 1 Übernachtung im EZ mit reichhaltigem Frühstücksbuffet pro Person 140.-CHF /für Euro bitte aktuellen Europreis verlangen.

Unterkunft

Im Hotel Stavros tou Notou einem sehr idyllisch gelegenen Hotel direkt am Meer am Fusse von Mavrovouni, einem verträumten, typisch griechischen Dorf. Rund 35 Gehminuten vom Hafentädtchen Gythion entfernt.

Verpflegung

Die Zimmer sind mit einfacher Kochgelegenheit versehen. Im Hotel werden kleinere Mahlzeiten zubereitet und auf Wunsch werden auch aus umliegenden Tavernen mediterrane Leckereien ins Hotel bestellt.

Umliegende griechische Tavernen in Mavrovouni oder in Gythion laden zum Geniessen ein. Ein Supermarkt mit Frischprodukten befindet sich 15 Gehminuten vom Hotel entfernt.

Anreise

Mit Flugzeug nach Athen. Athen - Hotel 3 1/2 h Fahrtzeit.

Achtung mit Flugbuchung gibt es sehr günstige Mietautos!

Sie können auch persönlich abgeholt und sicher zum Hotel gebracht werden.

Kosten: 160 Euro pro Fahrt.

mit ÖV ca. 50 Euro pro Fahrt.

Sammeltaxi: 70 Euro pro Person.

Setzen Sie sich jederzeit mit mir in Verbindung, gerne beantworte ich Ihre Fragen. Falls Sie noch ein paar freie Tage dazwischen oder dazu legen mögen sagen Sie mir auch dies!

Telefon: 0030 27330 93624 oder eMail: sroost@hol.gr

Individuell, weil es sich lohnt einzigartig zu sein und dies zu leben

