

SeminarUrlaub in den Bergen **Feelgood-Management geht weiter ...**

**5 Tage Urlaub | Auszeit | Work-shoppen | Entspannung
Panoramagasthof Kristberg - Montafon - Österreich**



Wann: **7. – 11. Juni 2020**, Beginn SO 15.00 h | Ende DO ca. 12.00 h
Wo: Panoramagasthof Kristberg, Montafon Vorarlberg, Österreich
Seminar-Gebühr: 270,00 € / Pers., inkl. ges. MwSt. (Anmeldeschluss: 30. März 2020)
Hotelbuchung & weitere Infos siehe Rückseite

Nehmen Sie sich **ZEIT nur für SICH** und finden Sie Ihre ganz persönliche Strategie für **Gesundheit & Wohlbefinden in Ihrem Alltag!**

Erleben Sie einen **unvergesslichen SeminarUrlaub** im Panoramagasthof Kristberg auf 1.425h Höhe im schönsten Bundesland der Welt ☺ (Quelle: Antenne Vorarlberg).

Ziel des SeminarUrlaubes mit Herzblut

- Gut für sich selbst zu sorgen durch optimales **Selbstmanagement**
- Mehr Ausgeglichenheit durch **Achtsamkeit**

Beim „Work-shoppen“ nutzen wir auch die **wunderschöne Bergwelt als Denkraum**, indem wir uns während entspannten Wanderungen auf herrlichen Bergpfaden bei meinen **Geh.alogen** (Gehen&Dialog) gegenseitig inspirieren. Denn viele Ideen entstehen erst beim Losgehen ...





Ihr Gesundheits-Benefit:

- Im Alltag selbstbestimmter zu handeln
- Mehr Mut, um sich abzugrenzen und NEIN zu sagen
- Optimierung Ihrer SELBSTorganisation
- Schulung Ihrer Sinne und Wahrnehmungsfähigkeit
- Verbesserung Ihrer Konzentrationsfähigkeit
- Schaffung Ihrer inneren Balance

Im praxisorientierten Seminarurlaub lernen Sie wichtige Werkzeuge kennen, die Sie direkt mit in Ihren Alltag nehmen können, um so wieder mehr Selbstbewusstsein, Zufriedenheit und Lebensfreude zu verspüren. In Ihrem Gepäck nehmen Sie frischen Elan, neue Energie und wache Sinne mit nach Hause ☺.

Mit Ernsthaftigkeit, aber auch mit Spritzigkeit und viel Humor ☺ bringen wir gemeinsam spürbare Veränderungen in Gang.

Der **liebvoll gestaltete Gasthof** mit dem Motto „**Lebensglück Kristberg**“ verzaubert Sie mit seiner **einzigartigen Lage** am sonnigen Südhang mit **fantastischer Weitsicht**. Der perfekte Ort, um den nötigen **Abstand zum Alltag** zu gewinnen und die **Seele baumeln zu lassen** ☺.

Das Verwöhnteam vom Panoramagasthof Kristberg und ich freuen uns sehr auf Ihre Teilnahme!

Unterkunft: direkt buchbar unter „<https://kristberg.at>“ bei Familie Zudrell, T. +43 5556 72290
Übernachtung mit Frühstücksbuffet „energiereich in den Tag“ und leckerem 5-gängigem Abendmenü!
Preise: je nach Zimmer-Kategorie ab 314,00 € / Pers. (Kontingente zu Sonderpreisen für Sie dort hinterlegt)

Mein Tipp: Buchen Sie zu Zweit und sichern Sie sich den „Freundinnen-Rabatt“ von 10% (auf die Seminar-Gebühr). Auch für Paare bestens geeignet!

Ihre individuelle Anreise auf den Genießerberg erfolgt wahlweise mit der Kristbergbahn (3 Min. Fußweg - Ihr Gepäck wird dann abgeholt) oder alternativ Anfahrt mit Ihrem PKW über die Serpentinstraße.

Wichtig: Die Teilnehmer sollten ausreichende Kondition für ca. 3-4-stündige entschleunigte Wanderungen / Geh.aloge mitbringen.

Anmeldung über das Formular auf meiner Homepage www.sandra-molter.de, per E-Mail oder auch telefonisch. Ich freue mich sehr auf Ihre Teilnahme!



Sandra Molter – **einfach UMDENKEN**
Daniel-Kühn-Str. 8
67724 Höringen
06302 92 33 582
0152 56 399 899
umdenken@sandra-molter.de
www.sandra-molter.de