

STRÖMEN UND DAUERBRAUSEN

DARMSANIERUNG UND ENTSCHLACKUNG IN ANDIAST



Sich eine Auszeit gönnen. Das heisst viel frische Bergluft, Bewegung, Entschlackung beim Dauerbrausen, biologische Vollwertkost und die regulierende Heilkraft des Strömens geniessen. Thema beim Strömen 2. Tiefe (Lunge – Dickdarm).
Ich freue mich mit Euch auf diese erholsamen Tage.

THEMA	Revitalisierende Erholung in den Bergen
PROGRAMM	Sonntag: individuelle Anreise, 18.00 Uhr Abendessen, Mudras Montag Morgenturnen, Brausen, Ruhen, Mittagessen bis Freitag Strömen, Abendessen, Mudras Samstag: Morgenturnen, Brausen nach dem Mittagessen individuelle Abreise
DATUM	Sonntag bis Samstag 5.-11. November 2017
ORT	Casa Reviva, 7159 Andiastr, www.casa-reviva.ch
GRUPPENGROSSE	mindestens 6, höchstens 9 Personen
KOSTEN	CHF 270.– 6x Kurs und Organisation, (CHF 45.– pro Tag) im Voraus an Iva Herzmann CHF 300.– 6 Übernachtungen mit Frühstück, (CHF 50.–) direkt zahlbar in der Casa Reviva CHF 228.– 6 Mittagessen (à CHF 22.–), 6 Abendessen (à CHF 16.–) direkt zahlbar im Hotel Postigliun CHF 42.– 1x Dauerbrause, individuell CHF 53.– 1x Strömen privat bei Alice Vincenz, individuell
KURSLEITUNG	Iva Herzmann, JSJ Praktikerin, St.Gallen
ANMELDUNG	bis 28. September 2017 bei Iva Herzmann