

Atem- und Bewegungsübungen mit Anne-Marie Faucherre, Atempädagogin

Taiji – Qi Gong

Das Seminar zum Durchatmen

Atem ist Rhythmus, Bewegung ist Rhythmus und beides in Harmonie gebracht ist Lebensqualität, Leichtigkeit und Freude am Leben. Die uralten chinesischen Atem- und Bewegungsformen Taiji und Qi Gong vermitteln den Weg zur inneren Mitte. Lebensenergie wird geweckt und kommt ins Fliessen. Es kommt zum Einklang von Körper, Geist und Seele. Durch ihre fundierte Atemausbildung bei Dr. Rüdiger Dahlke, hilft Ihnen Anne-Marie Faucherre diese Lebensphilosophie zu erspüren. Sportliche Fähigkeiten sind keine Voraussetzung – wohl aber die Freude an der Bewegung und Begegnung mit sich selbst.

Der Seminarort: Eine gute Stunde von Zürich entfernt eröffnet sich eine einzigartige Hotelwelt im grössten Hotelpark der Schweiz. Die Belle Epoque-Grandezza der vier Gästehäuser, die ultramoderne Wellnessoase delight spa & beauty, das gastronomische Angebot in fünf bzw. sieben Restaurants und die archaische Parklandschaft lassen anspruchsvollste Ferienträume wahr werden. Ausgezeichnet unter anderem mit der «Wellness-Aphrodite» in der Kategorie «Gesamtkonzept» gehört das Waldhaus Flims zu den besten Wellnesshotels in Europa.

Datum 17. – 20. Juni 2010
Preis 3-Tages Seminar zu CHF 450.— inkl. 2 Atemsitzungen

Übernachtungspreise im Waldhaus Flims, gültig 17. – 20. Juni 2010

Grand Hotel Waldhaus	(5-Stern Superior):	CHF 315.—
Grand Chalet Belmont	(5-Stern Superior):	CHF 315.—
Villa Silvana	(4-Stern Superior):	CHF 280.—

Die Preise verstehen sich pro Person und Tag im Doppelzimmer inkl. Frühstücksbuffet, Resort Dining, freie Nutzung des delight spa & beauty, Service und MwSt; exkl. Kurtaxe CHF 4.— pro Person / Tag.

Hinweise

Seminarbeginn: Anreisetag um 17.00 Uhr – Seminarende: Abreisetag um 14.00 Uhr
Mitzubringen sind bequeme Kleidung, warme Socken und Massageöl sowie Badekleidung.

Anmeldung

Anne-Marie Faucherre | Obere Wangenstr. 30 | 8306 Brüttsellen | T/F +41 (0)44 833 02 10
oder: Waldhaus Flims | 7018 Flims | T +41 (0)81 928 48 48 | info@waldhaus-flims.ch | www.waldhaus-flims.ch