

**Praxis für Ganzheitliche
Gesundheit**
Alexandra Börsig
Franz-Ludwig-Mersy-Str. 19
77654 Offenburg

Wegbeschreibung St. Trudpert Münstertal

Anreise mit dem PKW

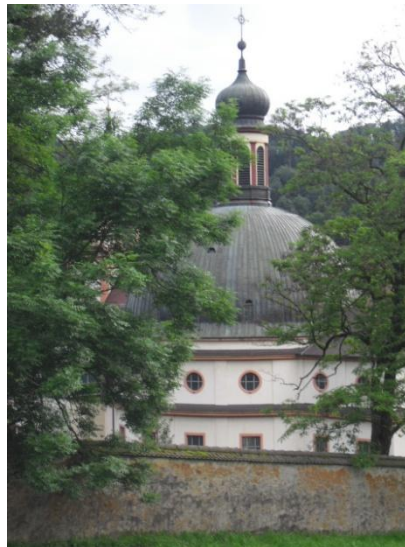
Autobahn A5 Karlsruhe – Basel bis zur
Ausfahrt Bad Krozingen: Dort fahren Sie
Richtung B 31 / Staufen / Breisach /
Münstertal / Colmar. Nach ca. 300 m biegen
Sie auf die L 120 ab. Dieser Straße folgen
Sie etwa 5 km, bis zu einem Kreisverkehr,
den Sie in Richtung L 123 passieren. Nach
ca. 13 km biegen Sie in Richtung St.
Trudpert rechts ab.

► Termin

Freitag, 27. September, 17:00 Uhr
bis Sonntag, 29. September, 14:00 Uhr

► Ort

Kloster St. Trudpert
St. Trudpert 2, 79244 Münstertal
Tel.: 07636-7802-106
www.kloster-st-trudpert.de



Eine Kraftinsel für Dich

mit

aktivierenden Körperübungen und
Entspannungselementen



im
Kloster St. Trudpert im
Münstertal

27. - 29. September 2019

Eine Kraftinsel für Dich im wunderschön gelegenen Kloster St. Trudpert

"Das Glück dieser Welt findest Du nicht im Äußeren, sondern nur in Dir selbst"

Immer wieder dürfen wir gut für uns sorgen, uns eine kleine Auszeit gönnen, um neue Kraft und Energie zu tanken für die Herausforderungen des täglichen Lebens.

Lass die Atmosphäre des Klosters zu Deiner Energiequelle werden, aus der Du Ruhe und Gelassenheit für den Alltag schöpfen kannst.

Du fokussierst Dich auf das Wesentliche *auf Dich selbst*.

Du erlebst an diesem Wochenende, wie gut es tut, den Körper zu bewegen - durch Yoga und einer Wanderung in der beeindruckenden Natur des Münstertals. Zusätzlich wirst Du in Entspannungstechniken angeleitet, die tief in Deinem Inneren Ruhe und Frieden schaffen. Durch diese ganzheitlichen Bewegungs- und Entspannungsübungen kannst Du erfahren, wie dein Geist und die Gedanken ruhiger und klarer werden.

Verschiedene aktivierende und auch achtsame Yogaübungen unterstützen dich dabei, Kraft und Energie für den Alltag zu tanken und etwas für die körperliche und seelische Gesundheit zu tun.

Auch Elemente wie Progressive Muskelentspannung, Meditation und Singen fließen in unser Wochenende mit ein.



► Kursleitung

Alexandra Börsig

Ganzheitliche Yogalehrerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Burnout- und Stress-therapeutin, Ernährungsberaterin

Tel. 0781/96 66 840
info@alexandra-boersig.de
www.alexandra-boersig.de

Nicole Späth

Entspannungstrainerin und Achtsamkeitstrainerin für Meditation

Tel. 0781/2036147
info@nicole-spaeth.de
www.nicole-spaeth.de

► Kosten

140,00 € Kursgebühr
137,80 € 2 Übernachtungen im EZ mit
Dusche/WC und Vollpension
277,80 € Gesamtkosten

► Anmeldung bis 10.09.2019

mit angefügtem Formular oder per E-Mail an info@alexandra-boersig.de oder info@nicole-spaeth.de

► Bezahlung

€ 30,00 Anzahlung mit Anmeldung
Restzahlung nach Rechnungsstellung

► Rücktrittsmöglichkeiten

bis 10.09.2019 30,00 € Stornogeühren,
ab 11.09.2019 ist der Gesamtpreis zu entrichten, außer es kann ein Ersatzteilnehmer gefunden werden.

► Datenschutz

Mit der folgenden Unterschrift willigen Sie ein, dass A. Börsig/N. Späth die personenbezogenen Daten zur Begründung, Durchführung und Abwicklung des Vertragsverhältnisses (z.B. Unterkunft im Kloster St. Trudpert) verarbeitet und nutzt. Die Weitergabe der erhobenen Daten an weitere Personen (außer dem Kloster St. Trudpert) findet **nicht** statt.

► Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich für das „Wochenende - Eine Kraftinsel für Dich“ vom 27.- 29.9.2019 im Kloster St. Trudpert im Münstertal an.

Name, Vorname

Straße, Haus-Nr.

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

→ Übernachtung im EZ mit Dusche/WC
(Doppelzimmer auf Anfrage möglich)

→ Das Essen ist für alle vegetarisch

*Hinweis: Unverträglichkeiten und Allergien bitte direkt mit dem Kloster **vorab** abklären.*

Ich bin darüber informiert und erkenne an, dass es sich bei diesem Kurs um eine freiwillige Teilnahme in eigener Verantwortung außerhalb der Heilkunde handelt. Mir ist bekannt, dass das Seminar „Eine Kraftinsel für Dich“ nicht geeignet ist, psychische Erkrankungen zu behandeln und/oder zu heilen (keine Heilbehandlung im Sinne des §1 Heilpraktikergesetz).

Datum, Unterschrift