



Entdecken Sie neue Wege.....

Tai Chi Quan
Qi Gong
Yoga
IDOGO®
Taiji Ball

Meditation
Massage
Mediales Coaching
Vital-Messung
Vorträge

Es erwartet Sie ein vielfältiges und sehr abwechslungsreiches Programm:

Taijiquan, Qigong wie auch Yoga sind Bewegungs-Systeme zur Förderung und Erhaltung der Gesundheit. Taiji Ball regt den Stoffwechsel an und schon nach wenigen Minuten kommt der Körper ins Schwitzen. Mit IDOGO® erleben Sie ein völlig neues Laufgefühl. Koordinierte Bewegungsabläufe und Atemtechniken lassen den Körper mehr Sauerstoff aufnehmen, bei gleichzeitigem entspannen in der Bewegung. Bereits nach einer kurzen Strecke stellt sich der „IDOGO®-Effekt“ ein.

An einem Nachmittag können Sie wählen, zwischen einer Massage (30 Min) und Medialem Coaching (hilfreiche Impulse zur individuellen Lösungsfindung – ca.45 Minuten).

Entspannen Sie bei der Magnetfeldtherapie und der gemeinsamen Meditation. Abgerundet wird das Rahmenprogramm mit einem Vortrag zu „Mensch und Magnetismus“.

Anspannen und Entspannen – Yang und Yin, eine Wohlfühlwoche auch für den Gaumen. Es erwartet Sie ein reichhaltiges Frühstück, Mittags- und Abendbuffet.

Seminarzeiten: Morgens: 7:30 Uhr – 9:30 Uhr

Nachmittag: 15:00 Uhr – 17:00 Uhr

Dozenten: Jutta Meyer
zertifizierte Lehrerin für Taijiquan
Medialer Coach, Personal-Trainer

Michael Banuat
zertifizierter Lehrer und Ausbilder
Taijiquan, Taiji Ball

Hotelangebot: Ü/Vollpension im Einzelzimmer, Doppelzimmer oder Appartement (ab 4 Personen), inklusive aller Tagungsgetränke (Tee, Kaffee, Grander Wasser) – siehe Hotelbeschreibung www.seminarhotel-odenwald.de

Seminarbetrag: 400,- € pro Person
Anmeldung senden an info@songzuo.de oder per FAX an 0321 / 2623 6435

Preise Hotel: (9.-14.5.2016) Ü/Vollpension EZ 364,- € DZ 309,- € Appartement 282,- €
Zimmerreservierung und Buchung direkt im Hotel Telefon 06163 / 912020