

Wohlbefinden auf Teneriffa[©]

Ich will
wieder
leben



Es gibt Wichtigeres im Leben,
als beständig die Geschwindigkeit zu erhöhen

Mahatma Gandhi

Workshop am Meer

Wir befinden uns mittlerweile in einer Zeit, wo immer mehr Menschen förmlich ausbrennen, nicht mehr können, sich beruflich als auch privat überfordert fühlen, dazu noch die falsche Ernährung, die mangelnde Bewegung, und das nicht mehr Abschalten können. Die Folgen daraus können in einem Burn Out enden.

Mit diesem Workshop wollen wir ENTSCHEUNIGUNG und WOHLBEFINDEN schaffen

Programm:

- ✓ viel Zeit zum persönlichen Rückzug und Relaxen
- ✓ Burn Out Prävention (auch aus der Sicht eines Betroffenen)
- ✓ HRV Messungen (Herz Raten Variabilitätsmessung)
Was stärkt mich - Was schwächt mich - Was bringt mich in Balance
- ✓ Tiefenentspannung
- ✓ Stressabbau
- ✓ Stärkung der Selbstheilungskräfte
- ✓ fakultatives Ausflugs und Sportprogramm

Gerade am Meer spürt man die Kraft des Wassers, der Sonne, des Lichts und der guten Luft, und damit lässt es sich leichter **ENTSCHEUNIGEN ENTSPANNEN ABSCHALTEN** und gibt die Kraft um neue **ENERGIEN** zu tanken.



Die Finca liegt im Süden der Insel umgeben von einem 7.600 m² großen tropischen Garten **mit fantastischem Blick auf das Meer.**

Alle Wohneinheiten verfügen über modernste Ausstattung. Nur 3 km zum nächsten Strand nach Playa San Juan sowie ein idealer Ausgangspunkt zum Nahegelegenen Nationalpark, mit dem höchsten Berg Spaniens, dem Teide.

Die Workshops finden im kleinen Rahmen statt, maximal nur 10 Personen!
Sonderworkshops für größere Gruppen/ Firmen gerne auf Anfrage

Alle Termine finden sie unter
www.ichwillwiederleben.com

Gesamtpreis und Leistungsumfang:

nur € 1.190.- im DZ (+ € 250.- im EZ)

- ✓ persönlicher Transfer zur Finca
- ✓ 7 Übernachtungen im Doppelzimmer
- ✓ Reichhaltiges kontinentales und gesundes Frühstück
- ✓ Abendessen
- ✓ Kursprogramm für ihr persönliches Wohlbefinden

Gerne können auch Begleitpersonen ohne Kursprogramm mitreisen
Preis auf Anfrage!

Anreise:

Gerne helfen wir ihnen bei der Suche nach einem geeigneten Flug.
Durchschnittspreis Hin/Rückflug ca. € 400.- Hinweis: **Ab Herbst 2013** fliegt
Ryanair ab Linz direkt nach Teneriffa.

Alle Anfragen, Buchungen und Infos unter:

Hannes Leister 0664 / 63 43 046
hleister@a1.net

Martin Hammelhofer 0664 / 750 44 240
martin.hammelhofer@mh-training.at

www.ichwillwiederleben.com

Mindestteilnehmer 4 Personen, es gelten die AGB

Impressum:

Urheberrechtlich geschütztes und geistiges Eigentum von Hannes Leister 01.11. Alle Fotos stehen im pers.
Eigentum des Fotografen und wurden mit ausdrücklicher Genehmigung seitens des Partnerunternehmens
zu Verfügung gestellt. Alle Rechte vorbehalten.©

Buchen SIE noch heute ihre persönliche „EnergieTankstelle!“