

flowwärts

in der
**Feldberger
Seenlandschaft**
auf dem
**Kulturgut
Wrechen**

Deine
flowZeit am See
24. bis 27. April 2025

*Seminar zum **Innehalten**
Selbstbild schärfen
Neuaufrichten*

* Generiere Lebensfreude
und Leichtigkeit mit Unterstützung der beiden
erfahrenen flowlife-Coaches Ulrike Dörge und Thomas Huhnd

* Genieße den stillen Zauber des Kulturgutes
und die herzliche Gastlichkeit und kreative Art zu kochen von
Petra Kube, die dich 3 ½ Tage voll verköstigen wird

* Entspanne, rege deine Selbstheilungskräfte an und
bringe deine Energie in den Fluss durch die BREUß MASSAGE
Behandler: Christina Geidatzis

* Lass dich inspirieren vom ganzheitlichen BODYART-Training
mit Personal Trainerin Ulrike Dörge

* Finde Ruhe beim Spazieren im Wald, beim Rudern oder
Paddeln auf dem See oder erlebe Geselligkeit am
abendlichen Feuer

Kultur Gut Wrechen
Gutsweg 15, (OT Wrechen)
17258 Feldberger Seenlandschaft

Donnerstag (24.4.25)

ab 18:00 Uhr	Ankommen und einchecken im Seminarraum (Zimmerbezug ab 15 Uhr möglich)
19:00 Uhr	Seminarbeginn
21:30 Uhr	Seminarende

Freitag / Samstag (25./26.4.25)

ab 8:00 Uhr	Frühstück
10:00 Uhr	Seminarbeginn
13:15 Uhr	Gemeinsames Mittagessen
14:00 Uhr	Siesta (Zeit zur freien Verfügung oder Nutzung der Angebote*)
16:30 Uhr	Seminarfortsetzung
20/20:30 Uhr	Abendessen und Lagerfeuer

Sonntag (27.4.25)

ab 8:00 Uhr	Frühstück
10:00 Uhr	Seminarbeginn
12:30 Uhr	Gemeinsames Mittagessen
13:30 Uhr	Seminarfortsetzung
15:00 Uhr	Seminarende

*** Seminarpreis 550,00 € pro Person**

Dein Partner zahlt 350,00 €, wenn ihr euch zusammen anmeldet und unter gleicher Anschrift lebt.

Im Seminarpreis enthaltene Angebote* während der Siesta:

- energetische Massage nach Breuß
- BODYART-Training
- Nutzung von Ruderbooten und Stand up paddle boards

*** 3 Übernachtungen inklusive aller Mahlzeiten
im Einzelzimmer 550,00 €
im Doppelzimmer 450,00 € pro Person**

Seminanmeldung:

Ulrike Dörge
info@ihre-personal-trainerin.de
www.ihre-personal-trainerin.de
0170 1610775

Zimmerbuchung:

Petra Kube
info@kultur-gut-wrechen.de
www.kultur-gut-wrechen.de
039831 22122