Kraftvoll, lebendig und erfrischend
Ostertouren mit Gitta Battran

Für mehr Glückseligkeit und bezaubernde Zufriedenheit

Mittwoch 27.03.2024 - Dienstag 02.04.2024

Vitalität spüren
voller Freude im Herzen jubeln
Klarheit finden
und Deine Gesundheit stärken
gemeinsam draußen unterwegs sein

Vormittags von 09.00 - 12.00 Uhr
Nachmittags von 14.00 - 17.00 Uhr

Programm Vormittags oder Nachmittags je 79 Euro / pro Person - inklusive Material - Preis ab 4 Personen

ab zwei Personen buchbar für 119 Euro / pro Person
(gerne auch ein flexibles Wunschprogramm, wenn Sie die ersten Gäste sind, die buchen)

Mittwoch 27.03.24

Vormittag: Kräuterwanderung mit Herstellung von einem Smoothie
Nachmittag: Meditation (stilles Sitzen), Koreanische Teezeremonie,
Zen Yoga (Flexibilität und Kraft stärken)

Donnerstag 28.04.24

Vormittag: Meditation (stilles Sitzen), Koreanische Teezeremonie,
Zen Yoga (Flexibilität und Kraft stärken)
Nachmittag: Kräuterwanderung mit Herstellung von einem Smoothie

Freitag 29.04.24

Vormittag: Kleine Wanderung zur Tannenhütte + Naturmeditation
Achtsames Gehen, Schritttechnik und Perspektivenwechsel
Nachmittag: Meditation (stilles Sitzen), Koreanische

Samstag 30.04.24

Vormittag: Kleine Wanderung zu den Kuhfluchtfällen
Nachmittag: Osterfeuer mit Räuchern + Schatzsuche im Herzen
QiGong Übungen am Fluß

Sonntag 31.04.24

Vormittag: Kleine Wanderung zur Tannenhütte + Naturmeditation
Nachmittag: Osterfeuer mit Räuchern + Schatzsuche im Herzen
QiGong Übungen am Fluß

Montag 01.04.24

Vormittag: Meditation (stilles Sitzen), Koreanische Teezeremonie,
Zen Yoga (Flexibilität und Kraft stärken)
Nachmittag: Kräuterwanderung mit Herstellung von einem Smoothie

Dienstag 02.04.24

Vormittag: Kleine Wanderung zur Tannenhütte + Naturmeditation
Nachmittag: Kräuterwanderung mit Herstellung von einem Smoothie

Erwachen - Strahle mit Leichtigkeit
ein wunderbarer Genuß für Körper, Geist und Seele

Anmeldung und Infos:

Gitta Battran

Mobil:
0049-1525-7051970

E-Mail:
info@bergabenteuer.eu

Dein Guide Gitta Battran
UIMLA Guide + Diplom-Sozialpädagogin

Bergabenteuer
GITTA BATTRAN