



Die Leichtigkeit des Seins!

So einfach kann Bewegung sein!

**Feldenkrais Retreat
im Landhotel Yspertal**

**Mittwoch 8. Juli 2027 | 16:00
bis**

Samstag 18. Juli | 13:00

€ 450

Early Bird bis 31. Jan. 2027

€ 340

Oft erleben wir, dass so vieles schwer und anstrengend ist im Leben. Der Körper schmerzt, das Umfeld stresst, Beruf, Familie und Beziehung lassen einen nicht zur Ruhe kommen.

Dabei kann das Leben auch so anders sein, grundlegend anders.

Mit Atem, Feldenkrais® und Embodied Life entdecken wir die pure Leichtigkeit komplexer Bewegung, den großen Unterschied feiner Nuancen und das lustvolle experimentieren mit Geist und Körper.

Eine Auszeit, die uns wachsen lässt!

- Verbesserung der Körperwahrnehmung
- Verfeinerung des Bewegungsablaufs
- Schmerz- und Abnutzungsreduktion
- Genussvolles Spüren
- Schulung der Aufmerksamkeit
- Stressreduktion



Landhotel Yspertal Seminar-Pauschalen

Preise pro Person und Nächtigung inkl. Vollpension

Zimmerkategorie	Preis pro Person/Nächtigung
Standard-Einzelzimmer	€ 131,—
Einzelzimmer „Kornmandl“	€ 155,—
Doppelzimmer	€ 121,—
Doppelzimmer „Herzstein“	€ 145,—
Dreibett-Zimmer	€ 111,—

Inkludierte Leistungen:

- Vollpension: Frühstücksbuffet, Mittagsbuffet und Abendbuffet mit regionalen Spezialitäten
- Seminarnutzung mit Tee- & Kaffeepausen (vormittags & nachmittags)
- Nutzung aller technischen Einrichtungen (Beamer, Flipchart, WLAN)
- Parkmöglichkeit am Haus

Exkl. Kurtaxe € 2,10 pro Person und Tag
(ermäßigte Kurtaxe für Kur- und Urlaubsgäste; Ausnahmen gelten für dienstliche Reisen)