

NATURE BALANCE. BEWEGUNG IN ALLEM. DAS LUXURY RETREAT MIT ERI TROSTL.

Termine im Salzburger Land 2018: 11.-14. Oktober

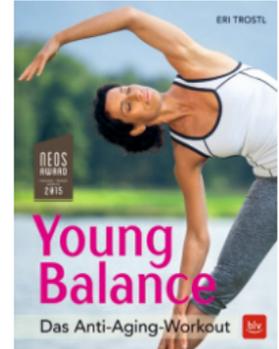


NATURE BALANCE. BEWEGUNG IN ALLEM. DAS LUXURY RETREAT MIT ERI TROSTL.

Termine im Salzburger Land 2018: 11.-14. Oktober

Kräftige Deine Muskulatur. Ernähre Dich anders. Forme Deinen Körper. Mit modernsten Methoden und Erkenntnissen. Einfachen und sehr wirksamen Mitteln. Und professioneller, individueller Betreuung. Beruhige Deinen Geist und richte ihn neu und positiv aus. Freue Dich über neue Erfolge. Erlebe pure Motivation durch frische Impulse. Nimm Dir professionelle Anleitung und Begleitung. Bündle Deine Energie. Gönn Dir Luxus für Dich, Deinen Körper und Deine Seele. Fokussiere Dich. Jetzt. Im „**NATURE BALANCE**“ LUXURY RETREAT mit Eri Trostl.

Für Jung-Gebliebene, Moderne, Eigenständige, Selbstbewusste. Auf sich achtend, motiviert und fit!
Oder Du willst es werden! Dann bist Du hier genau richtig!

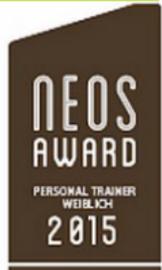


Mit vielen Elementen aus dem neuen Buch „**Young Balance**“, erschienen 2017



ÜBER ERI TROSTL

Energiebündel und Bewegungsexpertin aus tiefstem Herzen und voller Überzeugung. Als Dipl. Mental Coach, Ernährungsberaterin, IHK Fitness Fachwirtin und PREMIUM PERSONAL TRAINERIN® begeistert sie seit 20 Jahren Menschen mit intensivem Know How und enormer Lebensfreude! Sie ist Gewinnerin des **NEOS AWARD 2015** — dem Oskar der Gesundheitsbranche zur **BESTEN PERSONAL TRAINERIN des Jahres!**
Ihr Motto: Nicht nur Reden — sondern TUN! www.bewegungsdimension.de



GEWINNERIN

PROGRAMM FÜR DICH

- 4 Tage | 3 Übernachtungen
- täglich 4 Einheiten à 60-90 Min. für Körper, Geist & Seele
- Dein Morgen startet dynamisch und der Abend endet mit ruhiger Meditation
- Mentale Stärke, Entspannung, Atmung, Wandern, Natur und Stille. CORE, FaszienFit, BALLance®, Beweglichkeit, Koordination und funktionelle Kraft — all das und vieles mehr
- Persönlichkeit, Achtsamkeit und Bewusstsein. Du lernst einfache anwendbare Übungen, wertvolle Impulse, die nachhaltig Veränderung in Dein Leben bringen
- Vitale Ernährung fördert Deine Energie und Balance. Die feine und hochwertige ForsthofgutKÜCHE wird Dich begeistern

WORKSHOPZEITEN

- Donnerstag Anreise bis spätestens 17:00 Uhr
- Sonntag Abreise ab 13:00Uhr (Programmende)
- Dein Tag startet um 7:30 Uhr und endet ca. 21:30 Uhr. Die Workshops sind auf 4 Tage flexibel verteilt. Du hast genügend Freiraum, um Umgebung, Natur und das Hotel/waldSPA zu genießen und Zeit mit Dir zu verbringen.

Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen

ZUM FORSTHOFGUT

„Nur wer seine Wurzeln kennt, kann in der Gegenwart eine Zukunft schaffen.“
(Christoph Schmuck | Hausherr)

Das Naturhotel Forsthofgut liegt am Ortsanfang des charmanten Leogang. Umgeben von Wiesen und Wäldern, ist das Haus ein idealer Ausgangspunkt für sportliche Erkundungstouren. Neben Europas erste waldSPA auf 3.800 m² lockt die blühende Gartenanlage mit Bio-Badeteich und Ruheinseln.

PAUSCHALPREIS PRO PERSON in 2018

im Doppelzimmer

ab € 1.304

im Doppelzimmer | Alleinbenutzung

ab € 1.520

INKLUSIVLEISTUNGEN

- Übernachtung im Naturzimmer Berglust DZ / EZ
- inkl. ForsthofgutKÜCHE mit Frühstück, Nachmittagsjause & 5-Gang Abendmenü
- Alle Workshops
- waldSPA-Nutzung
- 10 % Ermäßigung auf SPA-Anwendungen (Behandlung bis 13:00)
- SURPRISE-Starter-Set

Anmeldeschluss: 09.09.2018

Alle Infos und Anmeldung:

Naturhotel Forsthofgut

Tel. +43-6583 - 8561

www.forsthofgut.at

BEWEGUNGSDIMENSION Eri Trostl

Mobil +49 (0)170 2170 710

www.bewegungsdimension.de



BEWEGUNGSDIMENSION

PERSONAL COACHING · TRAINING · SEMINARE | ERI TROSTL



Unsere Sponsoren:
Unsere Partner

