



Bewegungswoche Nordsee 30.8.-5.9.2021

Wir treffen uns zum Bewegen an der Nordsee in

St. Peter Ording im
Hotel Das Kubatzki

Was machen wir?

5 Tage lang üben wir täglich 2x2 Stunden die Faszienübungen, das Rollen, die Engpassdehnungen und Fayo-Flows nach Liebscher&Bracht.

Spüre, wie dein Körper sich verändert, deine Gesundheit von Tag zu Tag besser wird und Schmerzen nachlassen oder verschwinden. Die Übungen bewirken, dass Du Dich beweglicher fühlst, dein Wohlbefinden zunimmt, der Gleichgewichtssinn und die Koordination geschult wird. Gleichzeitig aktivieren wir den Stoffwechsel und helfen der Zellerneuerung.



Das-Kubatzki ist bekannt als Yoga-Retreat Hotel und ich bin glücklich, dort eine Bewegungswoche anbieten zu können!

Angebot

- 5 Tage à 2x2 Stunden Kurs
- 6 Übernachtungen mit Halbpension
- Wahlweise vegetarische/vegane Kost
- Tee, Wasser inbegriffen
- EZ klein oder gross
- DZ klein oder gross
- Suiten für 2-4 Personen
- Sauna- und Ruhelounge inbegriffen
- WLAN
- Parkplatz inkl.
- Matten zur Verfügung

Kurskosten

795 € + Hotelunterkunft,
Anreise in eigener Regie



Durch regelmässige Fortbildungen halte ich mich auf dem Laufenden und bin seit Jahren begeistert von der Wirksamkeit der Methode L&B!

Als gelernte Fachkrankenschwester für Anästhesie kenne ich mich auch mit Beschwerdebildern bestens aus.



www.schmerzfrei.praxis.ch

Gabriele Furhan
Bollwerk 21
3011 Bern

Nidaugasse 11
2502 Biel

Mobil: +41 (0)77 922 60 07
Mail: gesund@schmerzfrei.praxis.ch

Über mich

Seit 2011 bin ich zertifizierte Qualitätspartnerin bei Liebscher&Bracht. Ich arbeite in eigener Praxis in Bern und Biel mit der Schmerztherapie, sowie als Bewegungslehrerin in z.Zt. 5 Kursen pro Woche. Bewegungswochen führe ich regelmässig durch, z.B. in der Schweiz, auf Mallorca, in Italien.