Informationen

3-Tages-Pauschale

Freitag 16. September 2022 (Anreise bis 13.00 Uhr)
bis Sonntag, 18. September 2022 (Abreise ca. 14.00 Uhr)

Einzelzimmer CHF 730.00
Doppelzimmer selber Preis
Anmeldeschluss 30.06.2022
Teilnahmebedingungen unter www.katjafit.ch

Im Preis inbegriffen

- Willkommens Apéro
- 2 Übernachtungen im Einzelzimmer mit Vollpension
- Stärkung während den Pausen
- freier Zugang zum Wellnessbereich mit Bio-Sauna und beheiztes Aussenbecken und Whirlpool
- Südländisches Ambiente mit fantastischem Blick auf den Vierwaldstättersee
- Gratis WLAN
- kostenlose Parkplätze
- Persönliche Beratung rund um deine Körperhaltung

Freu dich auf

- Herrliche Antara®-Lektionen zur Stärkung der inneren Mitte
- Workshop "Mein Rücken und ich..."
- Antara® Stretch und Relax für mehr Beweglichkeit
- persönliche Beratung und Instruktion
- Erlebnisse in der fantastischen natürlichen Umgebung
- Gemütliches Miteinander
- Zeit für dich (und dein Buch)

BEWEGT ENTSPANNT

MIT KATJAFIT

Katja Egli
KatjaFit
e-Mail: info@katjafit.ch
Tel. +41 79 370 32 56

www.katjafit.ch

3 TAGE ANTARA® MIT KATJA EGLI

16. - 18. SEPTEMBER 2022

HOTEL FLORA ALPINA VITZNAU

3 Tage Antara® kennenlernen

Alles, was du bei Antara® lernst,
aufrechte Körperhaltung, Kraft aus der Mitte,
Beweglichkeit, hilft dir in deinem Alltag,
attraktiv, stark und aufrecht und somit mit mehr
positiver Ausstrahlung durchs Leben zu gehen.

Hotel Flora Alpina, Vitznau

Die freie und einzigartige Lage, der mediterrane Charme und die traumhafte Aussicht auf See und Berge laden zum Entspannen ein. Lass hier deine Seele im Wohlfühlpark baumeln, geniesse ein Bad im beheizten Swimming- oder Aussenwhirlpool, oder geniesse einen Gang in die Bio-Sauna oder ins Dampfbad.

www.floraalpina.ch

ANTARA® PROGRAMM

Begrüssung und Willkommens Apéro

Workshop "Mein Rücken und ich..."
Eine kleine Anatomie-Reise
zum Thema Körperhaltung

Erfrischungspause

Antara® Basis-Lektion

Nachtessen
3 - Gänge-Menü
inkl. Wasser und Kaffee

Antara® Wake-up

Frühstück im Panoramasaal

Ein ausgedehntes Antara® Lifestyle

Mittagessen
2 - Gänge-Menü
inkl. Wasser und Kaffee

Einfach die Seele baumeln lassen -
Zeit für dich

Nachtessen
3 - Gänge-Menü
inkl. Wasser und Kaffee

Morgenspaziergang

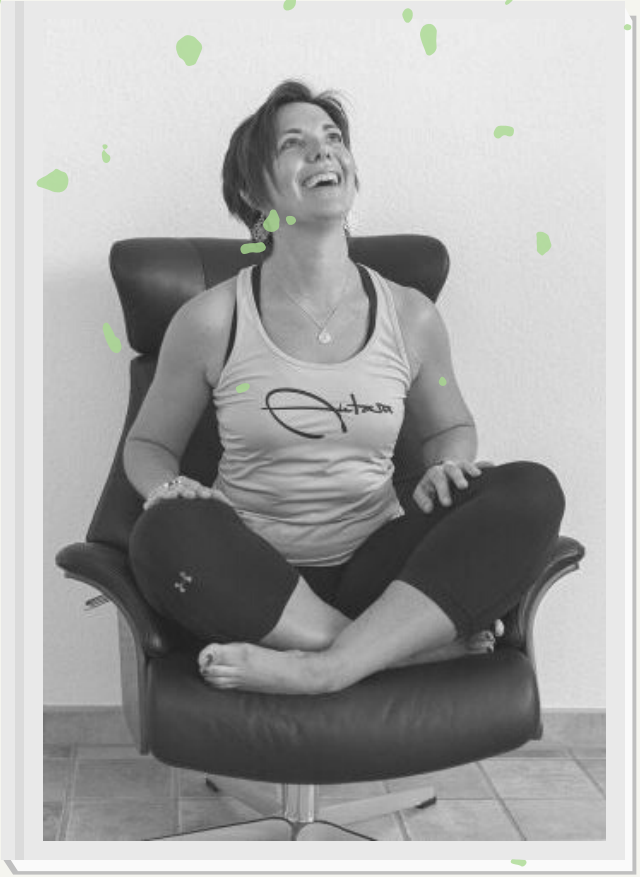
Frühstück im Panoramasaal

Antara® Stretch & Relax

Mittagessen
2 - Gänge-Menü
inkl. Wasser und Kaffee

Verabschiedung

*Programmänderungen vorbehalten



Training mit Herz

KatjaFit