

Ayurveda-Rasayana-Kurwoche

09.03. -16.03. 2012 und 06.04. -13.04. 2012
weitere Termine auf Anfrage

Eine Erholungskur zur Regeneration, Entspannung und Verjüngung mit

- Yoga, Atemübungen und yogischen Entspannungstechniken
- tiefer Berührung durch ayurvedische Massagen
- liebevoll zubereiteten ayurvedischen Menüs vollwertig und vegetarisch, abwechslungsreich und wohlschmeckend
- Vorträgen über die ayurvedische, ganzheitliche Ernährungskunst und Gesundheitslehre
- Ernährungsempfehlungen für die eigene Konstitution
- ayurvedischer Praxis mit Anleitung zur Gesichtsmassage und individuellen Pflgetipps für Gesicht und Körper

Corny Kronemann (Heilpraktikerin / Yogalehrerin/ Ayurveda-Marma-Masseurin)

Bianka Grübsch (Ayurvedatherapeutin / Kosmetikerin / Entspannungskursleiterin)

Ayurveda-Rasayana-Kurwoche

EUR 470,00

- ayurvedische Halbpension
- 1x Abhyanga (Ölmassage)
- 6x Yoga- oder Entspannungsstunde
- Abendprogramm mit Vorträgen / Anleitung Gesichtsmassage

Unterkunft - Appartement im Süderhaus

EUR 315,00

Im Preis enthalten sind Endreinigung und Erstausrüstung mit Bettwäsche und Handtüchern.

Hinzu kommt der Kurbeitrag.

Kontakt:

Corny Kronemann

corpet@t-online.de

www.fasten-auf-hiddensee.de

Bianka Grübsch

suederhaus@t-online.de

www.suederhaus-hiddensee.de

Tel.: 038300 461

Fax: 038300 60 743

Tel.: 038300 666 40

Fax: 038300 666 57