

AUFRICHTEN DER WIRBELSÄULE

Refreshkurs

in der „Reischnhitt“ der Latschenbrennerei Eschgfeller
in I-39058 Reinswald im Sarntal /Südtirol
www.alpen-wellness.bz

Der Refreshkurs ist nur für Kursteilnehmer, die bei mir den Einführungs- und Aufbaukurs „Aufrichten der Wirbelsäule“ abgeschlossen haben. Begrenzte Teilnehmerzahl.

Kursinhalt:

- Wiederholung alter und Erlernen neuer Griffe des „Aufrichtens der WS“
- Ganzheitliche psychosomatische Zusammenhänge deuten können
- Sicherheit bekommen für das „Aufrichten“
- Gespräche und Erfahrungsaustausch
- Gegenseitiges „Aufrichten“ im Wellnessbereich der Reischnhitt.
- Fahrt von Reinswald im Sarntal mit der Seilbahn auf 2100 m Höhe und von dort Almwanderung über die Getrumalm zum höchstgelegenen Wallfahrtsort der Alpen – zum Latzfonser Kreuz, 2300 m. Gemütliche Einkehr.



Latschen-, Lärchen oder Zirbenbad?

Als besonderen Leckerbissen bekommen wir eine Führung durch die **Latschenbrennerei Eschgfeller** und erleben mit, wie diese Naturöle gewonnen werden. Im Anschluss lassen wir uns in Tücher einwickeln und mit den noch warmen gehäckselten Zirben, Lärchen oder Latschenkiefern zudecken. Ein ganz besonderes Erlebnis, das es nur hier gibt! Nach dem anschließenden Kneippguss ruhen wir im Heubad nach.

Mitzunehmen sind:

- Wandersachen mit Regenschutz, Rucksack und festen Schuhen
- Stofftasche für die frischen Zirben- und Latschenzapfen (zum Ansetzen!)
- Massageliege, Knierolle, Kopfkissen, Hausschuhe, bequeme Kleidung
- Saunasachen

Anfahrt:

Brennerautobahn → Abfahrt Sterzing → Penserjoch, 2000 m → Astfeld → Unterreinswald.

Montag, 02. Juli, 10.00 Uhr bis Freitag, 06. Juli 2012, 16.00 Uhr.
Anreise ist nach Absprache bereits am Sonntag möglich.

Seminarkosten: 300.-€, (Ehe-)Partner 250.-€
Unterkunft mit Frühstück: 35.- €/Tag/Person

Teilnahme auf eigene Verantwortung.

Anmeldung und nähere Informationen bei:
Praxis „Die Wirbelsäule“ Susanne und Maximilian Huber, D-86807 Buchloe
Tel. Nr.: 0049-(0)8241-960322, praxis@hubermax-ws.de www.hubermax-ws.de