



Fasten & Sportlich aktiv mit Beat Bachmann-Krapf

Allgemeines:

Die Region Vierwaldstättersee bietet unzählige Möglichkeiten für erlebnisreiche und sportlich aktive Ferientage. Während der persönlich begleiteten Trinkfastenwoche werden Sie täglich in der Umgebung von Weggis in Bewegung sein. Wir unternehmen zum Beispiel Gruppentouren auf E-Bikes, auf Pedalos, gehen minigolfen, kneipen, wandern und und und. Täglich eine neue Sportart bringt Sie zusammen mit Trinkfasten nachhaltig in Schwung, und Sie werden grossen Spass mit Gleichgesinnten haben.

In einer solchen Woche erleben Sie zudem:

- Entschlackung und Entgiftung von Körper, Geist und Seele
- Aktivierung des Kreislaufes, bessere Durchblutung und Atmung
- Entspannung vom Alltagsstress
- sportlich aktiv in der Region / neue Sportarten kennenlernen

Programm & Details:

Begrüssung:	Samstag, 18.00 Uhr
Zeiten:	Sonntag – Freitag, 2 – 3 Stunden
Abreise:	Samstag, ca. 9.00 Uhr
Mitbringen:	bequeme Sportkleider, Turnschuhe, gute Wanderschuhe, Regenschutz, Rucksack, Sonnenschutz für Kopf, Augen, Haut, Trinkflasche für unterwegs, persönliche Utensilien, ½-Tax-/General-Abonnement
Voraussetzung:	Kondition für 2 – 3 Stunden sportliche Aktivität täglich

Preise pro Person / Datum:

CHF 350.00

Wochenkurs, zuzüglich Aufenthalt je nach Zimmer, Tickets ÖV, Miete Sportgeräte

- 07. – 14.07.2018

Kursdurchführung ab 4 Personen. Maximale Teilnehmer/Innenzahl: 12 Personen
Die Anmeldungen werden nach ihrem Eingang berücksichtigt.

Die Fastenwoche findet statt.