

# AusZeit am Chiemsee

22. – 24. März 2019



## Möchtest du deinem Alltag einen neuen Blickwinkel geben?

Wir bieten dir **die Möglichkeit** an einem wunderschönen Ort **direkt am Chiemsee drei Tage leicht zu sein**. Am ersten Frühlingswochenende sind die Tage endlich länger. Die beste Chance für dich neue Gewohnheiten in dein Leben einzuladen, dich inspirieren zu lassen und abzuschalten.

An drei Tagen erwartet dich ein **Rundum-Paket mit Referenten aus dem Bereich Yoga, BodyART und Homöopathie**. Wir möchten nicht nur Meditieren und sportlich aktiv sein, sondern auch gesundheitliche Themen aufgreifen! **Alles zusammen lädt deine Batterien auf und lässt mit leichtem Gepäck in die helle Jahreszeit starten.**

Das **Seminar- und Freizeithaus Aiterbach in Rimsting**, gehört mit seinem großen Park und eigenem Steg am See zu den schönsten Anwesen am Chiemsee. Neben 30 wunderschönen und geräumigen Zimmern, steht uns ein luftiger, heller Seminarbereich und eine hausgemachte Gastronomie für unsere Auszeit zur Verfügung.

**Datum:**  
Freitag, der 22. März  
bis Sonntag, den 24. März 2019

**Veranstaltungsort:**  
Seminar- und Freizeithaus Aiterbach, Aiterbach 2, 83253 Rimsting  
Tel.: 08054 908 52 13, E-Mail: Aiterbach@BayernBankett.de

**AusZeit-Package:**  
**Teilnahmegebühr:** 240,- EUR pP  
**Unterkunft (VP excl. Getränke):** 80,- EUR pP und Nacht

**Anmeldung:**  
Bitte melde dich unter E-Mail: [hallo@luszy.de](mailto:hallo@luszy.de) oder Tel.: 0176 32 6490 29 an

**Referenten:**  
Angelika Szymczak  
Heilpraktikerin

Alina Riesling  
Yoga, Meditation

Lucie Szymczak  
Yoga, Meditation

Robert Rath  
BodyART, Personal Fitness



### Freitag 22. März 2019

16:00	Check-In Zimmer
16:30	Welcome und Kennenlernen
16:30 – 17:30	Vortrag mit Angelika
17:45 – 18:15	Meditation mit Lucie
18:30 – 20:00	gemeinsames Essen

### Samstag 23. März 2019\*

08:00 – 09:00	Good Morning Flow mit Lucie
09:00 – 10:00	Frühstück
11:00 – 12:00	BodyArt mit Robert
12:00 – 14:00	Mittag
14:00 – 15:00	Freizeit
15:00 – 17:00	Thai Yoga Massage mit Alina
17:00 – 18:00	Freizeit
18:00 – 20:00	gemeinsames Essen

### Sonntag 24. März 2019\*

08:00 – 09:00	Good Morning Yoga mit Alina
09:00 – 10:00	Frühstück
10:00 – 11:00	BodyArt mit Robert
11:00	Check-Out Zimmer
11:30 – 13:00	Chakra Vocaltraining & Qui Gong mit Angelika
13:00	Verabschiedung

*\* Termine für Einzelsitzungen Homöopathie oder Holistic Pulsing bei Angelika buchbar: Samstag 9 - 12 u. 14 - 18 Uhr und Sonntag auf Anfrage*

Wir freuen uns  
auf dich!