



ActiVantis®

Meditationswochenende im Schwarzwald

Was? Geht Meditieren? Ein stressfreies Wochenende im Schwarzwald führt Sie ein.

Das Programm	<p>Wir entspannen, wandern und meditieren.</p> <p>Es soll ein ganz einfacher Einstieg in die Meditation sein: Wie verlangsamen wir den Gedankenfluss? Wie verweilen wir im Geist? Wie praktizieren wir Entspannung?</p> <p>Sie erhalten Einblick in die ActiVantis-Meditation. Sie ist frei von religiösen Autoritäten und mystifizierendem Beiwerk.</p> <p>Und wir profitieren davon, dass unser Hotel in einem wunderschönen Wandergebiet liegt, auf einer sanft hügeligen Hochebene mit Wäldern, Wiesen, Mooren und kleinen Seen.</p> <p>Wir geniessen eine gesunde Küche und setzen uns abends nach Lust und Laune zu einem Gläschen Wein zusammen.</p>
Zielgruppe	Anfänger(innen), die ins Meditieren reinschnuppern möchten. Laien und Gesundheitsberufler mit dem Wunsch nach einer wirkungsvollen Entspannungstechnik.
Preis	<p>Aktionspreis Fr. 333.– (nur für kurze Zeit! Gutschein bestellen!) regulärer Preis: Fr. 393.–</p> <p>Dafür erhalten Sie: 2 Übernachtungen mit Halbpension (Frühstücksbuffet und Abendessen) 2 geführte Meditationseinheiten à 3 Stunden 1 begleitete Wanderung à 3 Stunden An- und Rückreise nicht inbegriffen.</p>
Termine 2018	<p>Jeweils von Freitag um 16.00 Uhr bis Sonntag 13.00 Uhr.</p> <p>16. – 18. März 2018 01. – 03. Juni 2018 10. – 12. August 2018 12. – 14. Oktober 2018</p>
Gruppengrösse	10 - 15 Personen
Unterkunft	<p>Landgasthaus Kranz DE 79733 Görwihl-Segeten www.landgasthof-kranz.com</p> <p>Einzel- oder Doppelzimmer (teilweise mit Balkon), Badewanne oder Dusche, WC. Flachbild TV, WLAN, Frühstück inklusive. Mittag- oder Abendessen à la carte, auch vegetarisch möglich. Getränke sind separat zu bezahlen.</p>



ActiVantis®

Der Landgasthof Kranz liegt 20 Minuten von der Schweizer Grenze entfernt und ist gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen. Auf Anfrage erhalten Sie eine Hochschwarzwald Card (Touristenkarte für den Schwarzwald). Sie bietet Preisermässigungen auf viele Freizeitaktivitäten und ist ein Freifahrausweis im Nahverkehr. Reisen Sie aus der Schweiz an, lösen Sie einfache Fahrt, denn die Rückfahrt mit ÖV bis zur Schweizer Grenze ist kostenlos für Sie. Für Autofahrer/innen sind Gratis-Parkplätze vorhanden.

Leitung

Rita Norma Schulthess, CH-4410 Liestal. Psychotherapeutin und Inhaberin ActiVantis® GmbH. Eigene Praxis seit 1986 in Liestal. Fortlaufende Weiterbildungen in verschiedenen Therapien und Heilmethoden. [Lebenslauf](#)

Fragen und Anmeldung

Rita Schulthess freut sich auf Ihre Fragen und geht gerne auf Ihre persönlichen Anliegen ein. Mit Vergnügen bestätigt sie Ihre Anmeldung per E-Mail oder auf dem Postweg.

Telefon

0041 61 921 10 90 (11.00 – 12.00 Uhr, sonst Telefonbeantworter)

E-Mail

rita.schulthess@activantis.ch

Adresse

Benzburweg 18, CH 4410 Liestal.