

OSTSEE | GUTSHAUS STELLSHAGEN

aktive & meditative auszeit

individual-urlaub mit offenem pro-
gramm - wöchentliche angebote



ein reiseangebot der partnerfirma
von andersreisen – kreativ

das gutshaus stellshagen

ist ein ort, an dem es sich gut allein sein lässt, an dem man aber auch sehr gut gleichgesinnte treffen kann. ein möglicher treffpunkt ist das täglich stattfindende programm

aktive & meditative auszeit - das offene hausprogramm

lädt sie ein, einen urlaub alleine und in der gruppe zu verbringen. sie können ihren tag ganz frei und individuell gestalten. es gibt 3-4mal am tag ein abwechslungsreiches je halb bis ein-stündiges angebot, in dem sich alleinreisende rundum wohlfühlen

morgens geht es los mit einer art «frühgymnastik», d.h. etwas körperorientiertes zum aufwachen – z.b. yoga, kundalini-meditation, qigong oder stretching-übungen.

nachmittags bieten wir verschiedene meditationen an - auch bewegungsmeditationen oder «zeit für weiblichkeit», kundalini yoga, orientalischer bauchtanz, ayurvedische yogagymnastik, atmung, ausdrucksmalen, kreistänze. wer abends noch lust hat, etwas zu lernen, kann das ab ca. 20:30 uhr in einem der mini-seminare, in denen wir behandlungstechniken zum mitmachen vorstellen - einföhrung in die biodynamische craniosacral-therapie, fernöstliche

heilgymnastik etc. ausserdem gibt es abends auch vorträge zu themen des hauses, tanzabende oder besinnliches zum zuhören oder schauen. entscheiden sie selbst und spontan, wieviel und an welchen der angebotenen programmunkte sie teilnehmen möchten. die angebote wechseln wöchentlich, je nachdem, welche seminarleitenden vor ort sind. diese angebote sind im übernachtungspreis enthalten.



koffer packen und los!



preise

5 übernachtungen in folgenden zimmern ab:

- erde** € 385 mit du/wc auf korridor
- wasser** € 459 mit eigener du/wc
- sonne** € 539 grösser & eigene du/wc

leistungen

- alle speisen und getränke in 100% bio-qualität. die speisen sind rein vegetarisch und werden als buffet serviert. die zutaten stammen zu einem grossen teil aus der eigenen landwirtschaft (bioland). es gibt immer auch gluten- und laktosefreie gerichte.
- teilnahme am täglich stattfindenden hotelprogramm
- benutzung des saunahauses und naturbadeteichs
- ausstattung und gestaltung des hotels nach ökologischen gesichtspunkten
- tv, cd-spieler und cd's zum ausleihen
- nutzung des gästecomputers
- wasserstationen mit gefiltertem wasser

- shuttleservice von und zum bahnhof grevesmühlen zwischen 9 und 17 uhr
- fahrradmiete
- nutzung der parkanlage mit teich

folgende zusatzangebote können sie ganzjährige dazubuchen:

minikuren

in den minikuren des tao-gesundheitszentrums haben wir einzelbehandlungen zu einem bestimmten thema zusammengestellt – als eine art modell. am anfang einer solchen behandlungsfolge steht immer eine diagnostische sitzung, in der der betreuende therapeut individuell auf sie abgestimmt eine entsprechende auswahl an behandlungen zusammenstellt. für die dauer eines behandlungspaketes garantieren wir einen rahmen, in dem sie von einem therapeuten begleitet werden bis zum abschliessenden gespräch. ausserdem wartet ein kleines extra auf sie.

tagesangebote

so ein tagesprogramm im tao-gesundheitszentrum ist wie ein kurzurlaub. wenigstens einmal einen tag lang das übliche einerlei vergessen, auf andere gedanken kommen, sich nach innen wenden, sich selbst in den mittelpunkt stellen und verwöhnen lassen. schenken sie sich doch einen solchen tag...!

die programme bestehen jeweils aus 2 behandlungen, dem besuch des saunahauses mit naturbadeteich und verschiedenen extras.

erfragen sie dazu unsere spezialprospekte

