



Karin Mayer
Christophstr. 16
45130 Essen
0201/74 917 817

Bewegungs-, Entspannungs-, Fitnesswochenende in Hessen

Datum: 25.-27. April 2014

Ort: in Büdingen/ Hessen

Kosten: bei Übernachtung im Einzelzimmer 130 €/ Person
bei Übernachtung im Doppelzimmer 120 €/ Person

Inklusive: Frühstück, Snacks/ Verpflegung für Unterwegs und sämtliche Kurseinheiten

Zusatzkosten: Fahrtkosten, Abendessen (außerhalb), geplante Stadtführung in Büdingen

Mindestteilnehmerzahl: 4 Personen

Dieses Wochenende dient dem Kennenlernen und Auffrischen der Nordic ALFA- Technik, und dem Kennenlernen verschiedener Entspannungstechniken, so wie Smovey, Moving und etwas Neuem (Überraschung!).

Das Wochenende findet in Büdingen/Hessen statt, wir sind im Gästehaus „Zur Post“ in Büdingen- Rinderbügen bei Familie Herd untergebracht.

In schöner Landschaft werden viel Bewegung im Freien haben mit entsprechend ausreichenden Pausen.

Für den Samstag Nachmittag / frühen Abend ist eine Stadtführung durch Büdingen geplant mit anschließendem Essen im Ort.

Die An-/Abreise erfolgt auf eigene Kosten. Es können Fahrgemeinschaften gebildet werden.

Wir freuen uns über zahlreiche Anmeldungen bis zum **15.2.2014!**

Verbindliche Anmeldungen sind möglich bei

Karin Mayer 0201/ 74 917 817

Karla Herd, "Gästehaus zur Post", 06049/7574