

# ENTDECKE DICH SPÜRE DICH STÄRKE DICH

*NIMM DIR ZEIT FÜR DINGE,  
DIE DICH GLÜCKLICH  
MACHEN.*

**WORKSHOP**

**17. – 19.11.2017**

Über den Atem kommen wir (mit Katrin) in die Bewegung und fließen so im Einklang. Wir erforschen die unterschiedlichen Ebenen im Körper.

So können sich gebundene Energien lösen, Leichtigkeit beginnt im Körper zu fließen und breitet sich im alltäglichen Leben aus.

Astrid begleitet uns in unser individuelles "Kunstwerk Leben". Spaß und Freude stehen im Vordergrund. Wir experimentieren mit unterschiedlichen Bewegungseinheiten in der Natur.

Um in die Balance zu kommen, gehört neben der Entspannung, Bewegung und Kreativität auch eine ausgewogene Ernährung dazu.

Sabine verwöhnt uns mit leichten, nährstoffabgedeckten Rezepten, die schnell nach zu kochen sind und uns optimal unterstützen, um ausreichend Energie für den Alltag zu haben. Jeder, der möchte hat die Möglichkeit in der Küche mitzuarbeiten.



## WIR STELLEN UNS VOR



**KATRIN KÖNIG**  
DIPL. YOGALEHRERIN  
KATRIN\_KOENIG@YAHOO.DE

**DR. ASTRID SCHROFFNER-STEINER**  
SPORTWISSENSCHAFTLERIN, FREISCHAFFENDE  
KÜNSTLERIN, PSYCHOLOGIN  
KUNSTRAUMGARTEN@GMAIL.COM  
WWW.KUNSTRAUMGARTEN.AT

**SABINE KUSCHEL**  
DIPL. ERNÄHRUNGS- & FITNESSSTRAINERIN  
INFO@CLEVER-LEBEN.INFO  
WWW.CLEVER-LEBEN.INFO



### SEMINARORT

Aurina Chalet  
Im Anger 9  
39030 Luttach / Ahrntal  
[www.aurina-chalet.com](http://www.aurina-chalet.com)



### FRÜHBUCHERPREIS BIS 30.9.2017

#### SEMINAR-KOSTEN

€ 300,- pro Person

#### ÜBERNACHTUNG, ERWEITERTE VOLLPENSION

#### WELLNESSBEREICH, GETRÄNKE

€ 450,-- pro Person

€ 850,-- Paarpreis

### PREIS AB 1.10.2017

#### SEMINAR-KOSTEN

€ 350,- pro Person

#### ÜBERNACHTUNG, ERWEITERTE VOLLPENSION

#### WELLNESSBEREICH, GETRÄNKE

€ 500,-- pro Person

€ 900,-- Paarpreis

### ANMELDUNG

Schroffner Astrid +43 676 33 75 776  
Kuschel Sabine +43 650 26 64 761

Ihr Platz ist reserviert, sobald der gesamte Seminarbeitrag bis spätestens 30.09.2017 auf folgendes Konto eingelangt ist.

Konto lautend auf: Sabine Kuschel  
IBAN: AT 08 1200 0119 0211 11 01  
BIC: BKAUATWW

### STORNIERUNG

14 Tage vor Seminarbeginn beträgt die Gebühr 50 % des Gesamtpreises, es sei denn, es wird ein Ersatzteilnehmer gestellt. Später als 10 Tage vor Seminarbeginn sind die Gesamtkosten der Veranstaltung inkl. Unterkunft zu bezahlen.

Bei Abbruch des Seminars durch die Teilnehmer erfolgt keine Rückerstattung der Seminargebühr und Unterkunft.

### HAFTUNG

Die Teilnahme an dem Workshop ist freiwillig. Jeder Teilnehmer trägt die Verantwortung für sich und seine Handlungen innerhalb und außerhalb der Gruppe selbst. Jeder kommt für verursachte Schäden selbst auf und stellt die Seminarleiterinnen an den Veranstaltungsorten (auch in der Natur) von allen Haftungsansprüchen frei.