

„Aktive Gesundheit am Deister“

Haben Sie schon länger Ihre Gesundheit etwas „schleifen“ lassen? Holen Sie sich neue Impulse für Ihren Alltag, indem Sie sich ein verlängertes Wochenende aktiv und gezielt um Ihre Gesundheit kümmern! Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches Programm mit Bewegung an der frischen Luft, einem lehrreichen Gesundheitsworkshop, entspannenden Wellness-Stunden und gesundem, leichten Essen!

Ab 3 Personen gestalten wir Ihnen einen Termin nach Absprache.

Das Angebot beinhaltet

- Abendessen am Anreisetag
- 3 Übernachtungen inklusive Frühstücksbuffet
- 2 x leichter Mittagssnack
- Gruppenleitung und –betreuung
- Gesundheitsworkshop mit den Themen „Gesunde Ernährung“ und „Individuelles Stressmanagement“
- 2 x geführte Wanderungen in der Deisterregion mit Erfahrungsaustausch
- Kostenlose Nutzung des Hoteleigenen Wellness-Bereichs mit Finn.Sauna, Schwimmbad, Infrarotkabine, Dampfsauna usw.
- Leihbademantel für die Dauer Ihres Aufenthalts
- Individuelle Entspannungsanwendungen (Massage, Beauty...) auf Wunsch zubuchbar

Preis pro Teilnehmer: 444,- € im EZ
DZ auf Anfrage

Ort: Hotel Harms, Gartenstraße 5, 31542 Bad Nenndorf, www.hotel-harms.de

Mitzubringen: Wetterfeste Kleidung, Wanderschuhe, Kl. Rucksack für Getränke

Teilnahmeplätze: min. 3 Teilnehmer

Terminabsprache & Anmeldung telefonisch im Hotel Harms unter 05723- 9500 oder bei Kirsten Müller unter 05031-5166834.