

## VOR-OSTERZEIT – FASTEN auf Schloss Wartegg am Bodensee vom Donnerstag, 15. bis Montag, 19. März 2018



### Kursinhalt

Inmitten schönster Natur, eingebettet in einem Englischen Park, ist das Bio-Schloshotel ein wunderbarer Ort, um Dich ganz Deinem inneren „Genährt Sein“ hinzugeben. Tauche ein in Stille, Freude und tiefe Ruhe in der grünen Oase über dem Bodensee.

Bewusstes Trinken und Nicht-Trinken, körperliche und mentale Reinigung, Entgiftung und Entschlackung. Eine neue Wahrnehmung Deines Körpers. Leichtigkeit auf allen Ebenen. Einkehr, Reinigung und Klärung, Vielfalt und Genuss, Verfeinerung Deiner Sinne.

### Kursdauer

Start beim Neumond in der Vor-Osterzeit am Donnerstagmittag, 15. März 2018 um 15 Uhr zum gemeinsamen Kennenlernen und anschließender Abendmeditation.

Ende am Montagmittag, 19. März 2018 ca. 12 Uhr nach gemeinsamer Meditation und Reflektion.

### Kursumfang

- 4 Übernachtungen im Schlosszimmer inkl. „Fasten-Vollpension“
- Kursleitung Gabriela Kranauer – Lebensberatung und –begleitung, Massagen u. m.
- bewusstes Fasten
- Entspannen im türkisen Bad von 1928 mit Sauna
- Meditation in den historischen Räumen mit Weitsicht auf den Bodensee und Blick ins Grüne
- Spaziergänge unter jahrhundertalten Bäumen des 13ha grossen Schlossparks
- individuell nach Wunsch eine Massage oder ein persönliches Einzelcoaching mit Gabriela Kranauer

### Preise

Fr. 995.- im Einzelzimmer

Fr. 815.- im Doppelzimmer

Fr. 555.- für Gäste aus der Region - ohne Übernachtung auf Schloss Wartegg

**Diese Tage sind für Dich, Deinen Körper und Deinen Geist. Deine Lebenskraft kehrt zurück. Du strahlst Innen wie Aussen, bist kraftvoll und beweglich, energiegeladen und motiviert.**

Weitere Details erhältst Du bei der Anmeldung. Für Fragen oder mehr Informationen steht Euch Gabriela Kranauer gerne unter [kontakt@gabrielakranauer.com](mailto:kontakt@gabrielakranauer.com) gerne zur Verfügung.

Anmeldung und Informationen unter: [gabrielakranauer.com/index.php/ausbildungen/anmeldungen](http://gabrielakranauer.com/index.php/ausbildungen/anmeldungen)