

## Teilnahme

### Kosten insgesamt 591€

Unterkunft / Verpflegung 391,00€  
Wohlfühl-Angebot 200,00€

- Inklusive Unterkunft im 2 – 3 Bettzimmer mit Frühstück
- Eine Hauptmalzeit, die Annegret mit Wissenswertern würzt.
- Tägliche Meditation und Tanz (Biodanza) mit Marlis.

Auf Wunsch und erfolgter Rücksprache mit uns, können wir dir (Ausnahmefall) ein Einzelzimmer zu einer Gesamtsumme von 787€ ermöglichen.

Geht deine Anmeldung bis zum **15. Juli 2020** mit gleichzeitiger Überweisung ein, genießt du einen Vorzugspreis von 541€ im 2-3 Bettzimmer.

Miete Bettwäsche und Handtücher:

(bitte ankreuzen)

Bettwäsche für 6,00€ Ja  Nein   
Handtuchpaket für 3,00€ Ja  Nein

Dieses Geld kann auch am Anreisetag bezahlt werden.

Wichtig! Bringe dir Hausschuhe mit!

### Bankdaten

Überweisungsbetreff Marlis Kretschmer  
IBAN: Tanz und Meer 2020  
DE 93800935740001292811  
BIC: GENODEF1DS1  
Volksbank Dessau-Anhalt eG

### Im Falle einer Absage

Muss diese schriftlich erfolgen.

Bei einer Stornierung bis zum 02.08.2020 werden 50% der Gesamtkosten einbehalten, danach 100% der Gesamtkosten. Ausnahme der Regel: Wenn für dich eine Teilnehmerin als Ersatz teilnimmt.

### Haftung:

Jede Teilnehmerin trägt die volle Verantwortung für sich und die eigenen Handlungen innerhalb und außerhalb der Gruppe. Für verursachte und zu vertretende Schäden kommt jede selbst auf und stellt die Leiterinnen des oben genannten Angebotes von jeglicher Haftung frei. Hiermit erkläre ich mich mit den Teilnahmebedingungen einverstanden.

Die An- und Abreise zum Zielort und Unterkunft werden von jeder Teilnehmerin selbst getragen und organisiert.

## Annegret Schwarz

Ich lade Dich ein mit allen Sinnen zu genießen!!!

Eine individuelle Reise die Frische, Duft, Farbe, Form, Geschmack und Lebendigkeit der Zutaten mit Achtsamkeit zu entdecken. Gewürzt mit Humor und einer Prise Meer-Salz.



Mobil: 0172 732 40 97  
kontakt@vitalpraxis-morgentau.de  
www.vitalpraxis-morgentau.de



## Marlis Kretschmer

Ich lade dich ein, dem Leben tanzend zu begegnen. Du bist eine einzigartige Frau hier auf Erden und bereicherst mit deinen Farben die Gemeinschaft. Im bewegenden Tanz wird ein Meer aus Freude, Liebe und Lebendigkeit entstehen.

Mobil: 01577 830 63 42  
info@biodanza-dessau.de  
www.biodanza-dessau.de

vom 19.-24.10.2020

mit Annegret Schwarz und Marlis Kretschmer

Im Halthof Wendelstorf

Eine kulinarische Reise mit Tanz und Meer für Frauen





## Eine Wohlfühl-Woche für dich!

Liebe Teilnehmerin,  
sei herzlich eingeladen zu dieser besonderen,  
bewegenden Reise mit farbenfrohen,  
genussvollem Essen und Ausdruck deiner  
Lebensfreude durch Tanz.

Wir sprechen alle deine Sinne durch Nahrung für  
Körper, Geist und Seele an.

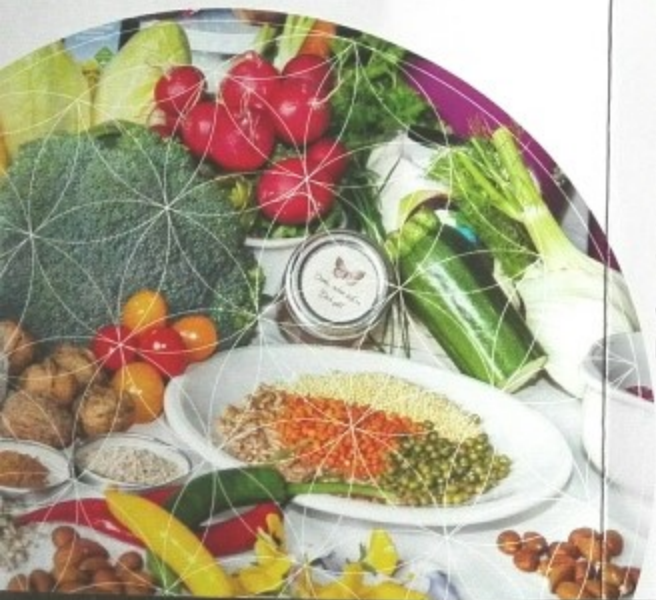
Fühle dich wohl in der Gemeinschaft und genieße  
sowie zelebriere dein Frau-Sein.

## Der Holthof

Der Holthof in Wendelstorf nahe der Ostsee bietet  
uns eine wunderbare Unterkunft und einen  
schönen Seminar-Tanz-Raum.

[www.holt-hof.com](http://www.holt-hof.com)

Annegret und Marlis füllen diese Reise mit  
„Nahrung“ auf verschiedensten Ebenen für alle  
Sinne.



## Unser Tag

- Mit einer Meditation begrüßen wir den Tag.
- Atmen die frische Meeresluft.
- Tanzen mit Leichtigkeit unser Leben.
- Erfahren Wissenswertes über Lebensmittel und ihre vielfältige Verwendung.
- Kreieren gemeinsam farbenfrohe und wohltuende Gerichte

## Teilnahme

Mit deiner Teilnahme, wird diese  
einzigartige, tanzend - kulinarische Reise  
möglich.

Kosten für deine Wohlfühlwoche:  
Übernachtung im 2-3 Bettzimmer  
und Verpflegung 391,00 €  
Wohlfühlangebot 200,00 €  
Gesamt 591,00 €

Die Zahl der Teilnehmerinnen ist  
begrenzt.

Bitte gebe uns bis spätestens 01.08.2020  
eine verbindliche Anmeldung.

Für weitere Informationen melde dich bitte  
bei uns. Du erhältst dann ausführliche  
Informationen über den Ablauf der  
Veranstaltung sowie die  
Teilnahmebestätigung.

Wir freuen uns auf dich, ganz getreu dem  
Motto:

Wohlfühlen  
Genießen  
Bewegen  
Meer

## Teilnahme

Eine Wohlfühl-Woche für dich! 19. - 24.10.2020

Liebe Teilnehmerin,

wenn folgende Dinge eine wohltuende Stimmung in dir  
hervorrufen, bist du bei uns in guten Händen.

- raus aus der Geschäftigkeit des Alltags
- Zeit mit dir verbringen
- Lebendigkeit erwecken mit lebensfreudigem Tanz (Biodanza)
- Meditation und Stille
- die Energie einer Gemeinschaft von Frauen genießen
- farbenfrohes, genussvolles Essen mit vielen interessanten, kreativen Informationen
- für dein Wohlbefinden sorgen
- in Leichtigkeit die heilsame Luft der Ostsee atmen

Veranstalter: **Annegret Schwarz**  
Poststraße 8 | 14943 Luckenwalde

**Marlis Kretschmer**  
Wallstrasse 26 | 06844 Dessau - Roßlau

Wo: **Der Holthof** in 18230 Wendelstorf,  
Dorfstraße 12  
[www.holt-hof.com](http://www.holt-hof.com)

## Deine Wohlfühltag

Montag ab 15:00 Uhr Anreise, Ankommen /  
Zusammen kommen/ Tanzen

Dienstag meditieren / kochen / frische Luft  
bis genießen / biodanza / gemeinsam Sein  
Freitag uvm.

Samstag Morgenmeditation / Abschiedsrunde  
Abreise spätestens 11:00 Uhr

Die verbindliche Anmeldung bis spätestens 01.08.2020  
erfolgt per Anmeldeformular. Lass es uns bitte per  
Post zukommen oder übergebt es uns persönlich.  
Erst mit erfolgter Zahlung ist deine Teilnahme garantiert.

Hiermit melde ich mich verbindlich an.

Vor- & Nachname \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

E-Mail Adresse \_\_\_\_\_

Telefonnummer \_\_\_\_\_

Wohlfühlen - Genießen - Bewegen - Meer