

AUSZEIT

MIT SOUL FOOD
UND SLOW MOOD

WANN: 26.-29.09.2024



in der CASA BEA

Sind Sie bereit für eine erholsame Auszeit? Wir laden Sie ein mit uns 3 lustige, entspannende, kulinarisch tolle Tage in einer kleinen Gruppe in der CASA BEA zu verbringen! Der Fokus dieser 3 Tage liegt darauf, das Handy möglichst zu vergessen und erholsam zu schlafen! Mit dabei haben wir Frau Dr.in Ev Wieser, Gesundheitspsychologin und Schlafcoachin, die uns mit ihrem Fachwissen in 3 Einheiten Informationen, Tipps und Tricks zum Thema Schlaf geben wird.

Datum: von 26.-29.09.2024

Preis: für 2 Personen im Doppelzimmer € 1.400 / für 1 Person im Doppelzimmer zur Einzelnutzung € 800

Im Preis inkludiert: Übernachtung in der CASA BEA inkl. Frühstück, Steuern und Kurtaxe, 2 Abendessen (Kennenlernabend, Pasta Kochkurs) in der CASA BEA inkl. Weinbegleitung, Spaziergang zur Isola della Cona, Ausfahrt mit dem Boot in den Sonnenuntergang mit Aperitivo, 3 Vorträge von Dr.in Ev Wieser zum Thema Schlaf und Digitaler Detox.

Kontakt und Anmeldung:

Beatrix Eichhorn

Località Zemole 1

34073 Fossalon di Grado (GO), IT

www.casabeagrado.it

(0039) 371 45 26 937

bea@casabeagrado.it

booking@casabeagrado.it

Begleitung durch:

Dr.in Ev Wieser

Klinische Psychologin,

Gesundheitspsychologin,

Schlafcoachin

ev-wieser@psycho-login.at

<https://www.psycho-login.at>



ERHOLSAMER SCHLAF, DIGITALE
AUSZEIT UND KULINARISCHE
BESONDERHEITEN