



## Bewegungs- und Entspannungskurse - ab November 2013

Das Beste für Ihre Mitarbeiter - Abschalten, Ausspannen und Energietanken.

Unsere qualifizierten Mitarbeiter führen mit Entspannung und Bewegung durch die Arbeitswoche. Stärken Sie Ihren Körper und Geist und lösen Sie sich vom Alltagsstress.



### Moonlight Wellness - Business Wellness

Genießen Sie exklusiv mit Ihren Teilnehmern unsere Sauna- und Wellnesslandschaft zu allen 4 Jahreszeiten. Nutzen Sie den gesamten Saunabereich nur für Ihre Tagung. Gemeinsam mit Ihren Teilnehmern können Sie verschiedene Fruchtstücken auf einem Spieß arrangieren und mit Schokolade aus dem Schokoladenbrunnen überziehen. Wir stellen Ihnen die Ausrüstung für die Schokofrüchtezubereitung im großen Ruheraum bereit. Weiterhin erwartet Sie frisches Obst und Gemüse sowie eine kleine Auswahl an Weinen, Wasser und Teezubereitungen.

- 120 Minuten Nutzung des Sauna- und Spabereiches - exklusiv-
- Saunatücher, Bademäntel, Badeschuhe
- Fruchtspieße mit Schokoladenbrunnen
- kleine Weinauswahl
- frische Obst- und Gemüsesnacks
- Wasser aus dem Trinkbrunnen
- verschiedene Teezubereitungen von Ronnefeldt

Ort: im Wellness- und Spabereich zu allen 4 Jahreszeiten  
ganzjährig, täglich zwischen 22:00 Uhr – 24:00 Uhr  
Dauer: max 120 Minuten  
Teilnehmer: 8 – 30 Personen

Preis pro Person: 15,00 €

#### Qi Gong - Business light

Dauer: 25 Minuten  
Teilnehmer: 3 – 25 Personen  
Preis pro Person: 8,00 €



#### Schulter- und Nackenmassage - Business Fit

Dauer: max 45 Minuten  
Teilnehmer: 3 – 50 Personen  
Preis pro Person: 4,00 €



#### Progressive Muskelentspannung - PMR Business light

Dauer: 20 Minuten  
Teilnehmer: 3 – 50 Personen  
Preis pro Person: 8,00 €



#### Autogenes Training - Business light

Dauer: 30 Minuten  
Teilnehmer: 3 – 25 Personen  
Preis pro Person: 12,00 €



#### Fantasiereisen - Business light

Dauer: 30 Minuten  
Teilnehmer: 3 – 25 Personen  
Preis pro Person: 12,00 €



#### Balance für den Rücken

Dauer: 15 Minuten  
Teilnehmer: 3 – 30 Personen  
Preis pauschal: 100,00 €



#### Morgengymnastik - Business morning

Dauer: 20 Minuten  
Teilnehmer: 3 – 10 Personen  
Preis pro Person: 8,00 €

