„Corzano e Paterno“ - Retreat in der Toskana

„**Wir selbst sein – ein neues Miteinander in bewegter Zeit**“

19.-22. September 2022

Name: _____

Adresse: _____

Tel.: (_____) _____ Mobil:_____

e-Mail: _____

Allgemeines:

Das Retreat umfasst 4 Tage und 5 Nächte (vom 18.09. - 23.09.2022). Die Inhalte werden vormittags spirituell vermittelt und mit kleinen Übungen erarbeitet (9.00 - ca. 12.30 Uhr), nachmittags wird das Thema auf der körperlichen Ebene durch Selbsthilfetechniken unterstützt, inkl. Übungen allein und zu zweit (14.30 - ca. 17.30 Uhr). Jeder Tag wird mit einer Abschlussrunde zum Tagesthema und einer Meditation beendet.

Frühstück, Mittag- und Abendessen sind vegetarisch. Alle Lebensmittel werden auf der Farm oder im Umkreis von 20 km angebaut – jeden Tag gibt es frischeste toskanische Küche! Sollten Sie spezifische Lebensmittelbedürfnisse haben, müssen diese im Vorfeld per E-Mail angefragt werden. Das Hotel kann sich auf einfache diätetische Anforderungen einstellen.

Da es sich um ein Urlaubs-Retreat handelt, haben wir eine Location gewählt, die sich nicht nur in traumhafter Lage befindet, sondern wo auch ein Pool zum Verweilen einlädt. Außerdem bieten wir während des Retreats zwei Yoga-Klassen an.

Das Retreat wird durchgeführt von:

- Heike Perrakis (für den Bereich Spiritualität) und
- Isabelle Manig (für den Bereich Körperarbeit).

Veranstalterin und Ansprechpartnerin für die Organisation und Administration:
Isabelle Manig, Flughafenstr. 77, 22415 Hamburg.

Dieses Retreat ist kein Ersatz für eine Diagnose und/ oder Behandlung durch einen Arzt, Psychotherapeuten oder Heilpraktiker. Es stellt keine Therapie dar und ersetzt diese auch nicht, auch ein Heilungsversprechen wird nicht abgegeben. Dieses Retreat dient ausschließlich der Selbsterfahrung und persönlichen Entfaltung. Während des Seminars können intensive Prozesse ausgelöst werden, daher werden psychische und geistige Stabilität vorausgesetzt. Sollten Sie sich in ärztlicher oder psychotherapeutischer Behandlung befinden oder Medikamente einnehmen, sprechen Sie vor Buchung und Beginn des Retreats mit Ihrem Arzt. Als TeilnehmerIn sind Sie selbst in vollem Umfang für Ihre Handlungen, Maßnahmen, körperliche und psychische Gesundheit inner- und außerhalb des Retreats verantwortlich.

Ich, _____, habe die oben beschriebenen Einschränkungen

verstanden und erkenne sie an.

Check-In:

Der Check-In ist für alle Teilnehmenden am Vortag (18.09.2022) zwischen 16-18 Uhr. Wir empfehlen dringend, die Anreise so zu planen, dass Sie bequem und entspannt bis spätestens 18 Uhr angekommen sind. Informationen zur Anreise werden Ihnen gesondert ausgehändigt. Unser erstes „come-together“ am Anreisetag verbinden wir mit einem gemütlichen Abendessen um 19 Uhr.

Bitte beachten Sie, dass es im Hotel keine Möglichkeit für ein „late check-in“ gibt. Das Haus schließt normalerweise um 21 Uhr, um den Gästen eine wohltuende Nachtruhe zu gewährleisten. Sollte es Ihnen unmöglich sein, bis 21 Uhr anzureisen, bitten wir um rechtzeitige Mitteilung im Voraus, um jemanden zu organisieren, der Sie einlässt und Ihnen Ihr Zimmer zeigen kann.

Ich, _____, habe die oben beschriebenen Einschränkungen

verstanden und erkenne sie an.

Unterbringung

Die Unterbringung erfolgt im Seminarhaus selber, welches mit verschiedenen Appartements ausgestattet ist. Die großzügigen Appartements bestehen aus mehreren Schlaf- und Wohnzimmern, die jeweils als Einzel- oder Doppelzimmer vergeben werden. Somit teilen Sie sich ein Appartement mit anderen Teilnehmern, ebenso das dazugehörige Badezimmer.

Dies ist der Ort des Retreats und gleichzeitig auch Ort der Unterbringung:

Die weitläufigen Appartements bestehen aus
mehreren Räumen, die als Doppel- und Einzelzimmer zur Verfügung stehen.

Hier ein paar Eindrücke
der Appartements und Badezimmer.

Küchenzeilen ermöglichen die
Zubereitung eines warmen Getränks oder eines
kleinen Snacks zwischendurch.

… und in den Pausen
lädt ein Pool zur Entspannung ein.

Kosten für das Urlaubs-Retreat:

Die Gesamtkosten für das Urlaubs-Retreat betragen:

- 1.479 € pro Person im Doppelzimmer eines gemeinsamen Appartements oder
- 1.629 € im Einzelzimmer eines gemeinsamen Appartements

In den Gesamtkosten sind enthalten:

- 4-Tages-Retreat zum Thema “Wir selbst sein – ein neues Miteinander in bewegter Zeit”
- 5 Übernachtungen in Doppel- und/ oder Einzelzimmern eines gemeinsamen Appartements
- 3 Bio-Mahlzeiten täglich (Frühstück, Mittag-/ Abendessen) mit Mineralwasser, abends auch Wein. Das Abendessen am Anreisetag und Frühstück am Abreisetag ist inclusive.
- Nutzung von Waschmaschine, Bügeleisen/ Bügelbrett, Bettwäsche und Handtücher
- Kleine Küchenzeile, Wasser und Strom
- Endreinigung
- Free Wifi
- Kostenloser Parkplatz
- Nutzung des Swimmingpools
- Farmbesichtigung sowie Wein-, Öl- und Käsetasting

Nicht inkludiert sind:

- Kosten für die An- und Abreise (An- und Abreise unterliegen Ihrer eigenen Organisation)
- Local Tourist Tax (Ortstaxe) 2 € pro Tag/ pro Person.

Die Anzahlung beträgt 400 € bei Anmeldung.

Der Erfolg dieses Retreats erfordert im Vorfeld nicht nur eine sichere Planung und eine gute Organisation, sondern auch ein aufrichtiges Engagement aller Teilnehmenden. Mit einer TeilnehmerInnenzahl von max. 10 Personen sorgen wir für eine hohe Qualität und einen sehr persönlichen Rahmen. Dementsprechend wird die Anzahlung in Höhe von 400 € zum Zeitpunkt der Anmeldung fällig und sichert gleichzeitig Ihren Platz im Retreat. Zahlungen, die nach dem 30.06.2022 eingehen, sind aus den genannten Gründen nicht erstattungsfähig. Der Restbetrag ist bis spätestens 30.07.2022 zahlbar.

Ich melde mich für ein Doppelzimmer an (1.479 € pro Person): 0

Ich melde mich für ein Einzelzimmer an (1.629 € pro Person): 0

Folgende Zahlungsmöglichkeiten können Sie nutzen:

- Überweisung: IBAN DE42 2219 1405 0009 1257 31, Kontoinhaber: Isabelle Manig
- Paypal: isabelle.manig@gmx.de

Ich, _____, bin mit den Kosten einverstanden und werde die Anzahlung in Höhe von 400 € bei Anmeldung entrichten.

Sollte die Mindestteilnehmerzahl bis zum 07.08.2022 nicht erfüllt sein, kann das Urlaubs-Retreat von der Veranstalterin storniert werden - in diesem Fall werden alle geleisteten Zahlungen selbstverständlich rückerstattet. Daher empfehlen wir, **vor** kostenpflichtigen und ggf. nicht erstattungsfähigen Reisebuchungen oder Reservierungen sich bei der Veranstalterin über den aktuellen Stand zu informieren. Ebenso empfehlen wir, eine Reiseversicherung abzuschließen.

Ich habe die Bedingungen gelesen, stimme ihnen zu und melde mich hiermit entsprechend an:

_____

Ort, Datum, Unterschrift - TeilnehmerIn -

_____

Ort, Datum, Unterschrift - Veranstalterin -