



sun-work-fun-break in Silvaplana vom 19. Juni – 22. Juni 2020

Mit dem Thema « Finde Dein eigenes Programm zum detoxen/entgiften – Du bist einzigartig, also muss ein Detox auch einzigartig sein» - 3 wunderbare, kreative Tage der Klarheit und des «Aufräumens» für sich selbst – unkompliziert, gesellig, mit tollen Mit - WorkerInnen und genügend Sonne, Wasser, Wanderwege und Bewegung. Für diejenigen die bereits letztes Jahr dabei waren ein Follow up, aber auch geeignet für EinsteigerInnen. Neu schauen wir uns unsere eigene, innere Hochleistungs-Fabrik genauer an – den Stoffwechsel.

Unter der Leitung von

Esther Bischofberger

www.estherbischofberger.ch

ausgebildet in Coaching, Personalmanagement, Persönlichkeits- Analyse
Phytotherapie, TEN und Fasten.

Mit **Ursula Heiniger**, ausgebildet in Coaching, Kommunikation, Ernährungsberatung
TEN und Fussreflexzonen-Massage

Location: die wunderbare *Conrad's Mountain lodge* in Silvaplana mit
Gastgeberin Cindy Conrad & super Team

Freitag 19. Juni Anreise und Sportequipment «fassen» Dinner 19.00 Uhr

Samstag 20. Juni Morgens « Deine Einzig-Artigkeit erfassen» Fazit 2020

Lunch frei...Pause, Terrasse, Ruhen... oder ab auf das
BikeNachmittag Wandern, Wege am See erkunden, ...das
Herz entscheidet

Abends 19.00 Uhr gemeinsames Dinner u.a. die weltbeste
Pizza, Risotto, Tiramisu und schöne Gespräche

Sonntag 21. Juni Morgens «Fazit 2020» umsetzen in Deinen Plan»
«das seelische, geistige und körperliche Fassmodell»
Lunch frei...Pause....der Berg ruft, der Wanderweg oder der
Seewas das Herz begehrt

Montag 22. Juli Morgens «Wertvolle Tipps zur Ernährung – der Stoffwechsel -
wie funktioniert unsere innere Fabrik/Inputs vom
Ernährungscoach
ab Mittag frei – Abreise, Sonne noch ausgiebig geniessen,
...Abgabe Sportsachen/Bikes

Preis 3 Übernachtungen in der Mountain Lodge, Hochsaison
inkl. alle Sportgeräte, Bikes zur freien Benützung

inkl. Feines Morgenbuffet und Abendessen, 3 Gänge
Sauna, Dampfbad, Kneippbad / Einzelzimmer Stil siehe
www.cm-lodge.com

Inkl. Workshop und Unterlagen

CHF 980.- plus 7,7% MWSt.

TeilnehmerInnen max. 10 plus wir zwei Coaches

Verbindliche Anmeldung unter: ebis@ubis.ch

Telefon 079 426 00 30 mit Combox 043 343 92 92

Du erhältst dann per Mail einen EZ und bist nach Einzahlung definitiv auf der
einzigartigen Liste 😊