



31. Mai – 03. Juni 2018

Functional Qi Gong mit Alfonso Losa im Kloster Ilanz

**Wir treffen uns am 31. Mai 2018 um
18.15 Uhr zum gemeinsamen Nachtessen**

**Schenke Dir einen kurz Urlaub für die Seele.
Lass Dich ein in die Bewegung – spüre das Qi –
werde langsam und geniesse die Momente der
Ruhe und der Stille.**

Einfach nur SEIN

Programm für Freitag und Samstag 1. + 2. Juni 2018

Ab	07.45 Uhr	Frühstück
09.30 – 11.00 Uhr		Qi Gong (Yoga Matten – Kissen sind vorhanden)
12.00 Uhr		Mittagessen >>>anschliessend bleibt Zeit für Spaziergänge oder einfach nur SEIN und NICHTSTUN
16.00 – 17.30 Uhr		Qi Gong
18.15 Uhr		Nachtessen

Mitnehmen bequeme Kleidung – Socken und viel – viel Freude

Ich freue mich auf die gemeinsame Zeit im Kloster Ilanz

**Man muss dem Leib viel Gutes tun,
damit die Seele Lust hat darin zu wohnen.**

Th.v. Avila



Lotti

Anmeldung für Functional Qi Gong vom 31. Mai – 03. Juni 2018

Name/Vorname:

Strasse:

PLZ/Ort:

Telefon/E-mail:

Preise pro Person

Ich wünsche (zutreffendes bitte ankreuzen)	HP	VP
<input type="checkbox"/> EZ mit fliessend Wasser (Dusche/WC auf Etagen)	Fr. 79.--	<input type="checkbox"/> Fr. 94.--
<input type="checkbox"/> EZ mit Dusche / WC klein	Fr. 99.--	<input type="checkbox"/> Fr. 114.--
<input type="checkbox"/> EZ mit Dusche / WC mittel	Fr. 104.--	<input type="checkbox"/> Fr. 119.--
<input type="checkbox"/> EZ mit Dusche / WC gross	Fr. 109.--	<input type="checkbox"/> Fr. 124.--
<input type="checkbox"/> Doppelzimmer mit fliessend Wasser	Fr. 74.--	<input type="checkbox"/> Fr. 89.--
<input type="checkbox"/> Doppelzimmer mit Dusche / WC	Fr. 89.--	<input type="checkbox"/> Fr. 104.--
<input type="checkbox"/> Vegetarisches Essen		

Ich empfehle Euch VP zu buchen.

Bezahlung der Pensionskosten bei der Ankunft mit Bargeld, Post- oder Maestro Card

Kurskosten: 150.00 Euro Barzahlung am Kurs

Anmeldung bis spätestens 12. Mai 2018 → an untenstehende Adresse

Bemerkungen: **Muss die An- oder Abreise verschoben werden bitte angeben:**

Anreise am:

Abreise am:

Lotti Schneider, Wilerweg 8, 8427 Rorbas, Tel. +4144 865 17 87 / +4179 238 31 47

E-Mail: lotti_s@bluewin.ch