la Lemonista
URSULA PEER

FORMENTERA

TCM DETOX & QI GONG RETREAT

29. Mai - 4. Juni 2022 | 24. - 30. September 2022

TCM DETOX, CHILL & YOGA RETREAT

02. - 08. Oktober 2022

Formentera

Sehr einfach, entrückt und entspannt.
Eine ganz kleine Insel im Mittelmeer, einige der schönsten Strände überhaupt, ein paar kleine Landhäuser, Bars und alte Feigenbäume: der Luxus der Einfachheit.
Man nehme eine urige Finca in Gehdistanz zum kristallklaren Meer, 100 % biologische Gerichte, ein paar entspannte Qi Gong Sessionen, perfektioniere mit ein bis zwei Massagen....und fertig ist eine Detoxwoche auf Formentera.
Chillen, geniessen und neue Energie tanken: wohlverdienter gesunder Urlaub!

Wir verbinden den traditionell gechillten Formentera Urlaub mit Detox, Qi Gong und Mindfulness oder Yoga.
Der Tag beginnt mit Qi Gong unter Pinien oder am Meer, auf der Yogamatte vor dem Haus und einem herrlichen warmen Frühstück.
Schwimmen, lesen, radfahren entlang der traumhaften Strände der Insel unterbrochen nur von Massagen, Akupunktur oder Naturkosmetik.
Perfekt, um das Leben zu genießen und gesund zu bleiben.

Unsere Leistungen

- 6 Übernachtungen mit biologischer Detox Vollpension
  auf einer Finca 800 m vom kristallblauen Meer entfernt
- 3 voll biologische, frisch gekochte Mahlzeiten pro Tag, 1 Tag Budda Bowl Lunch Take away
- Detox & Kräutertee, energetisiertes Wasser
- 1 Power of Detox Vortrag
- 10 Qi Gong & Achtsamkeits - Sessionen (Mai & September)
  oder 5 Yoga Sessionen (Oktober)
- 8-12 TeilnehmerInnen (OKTOBER = Girls Only Programm,
  Männer sind im Mai und September herzlich willkommen)
  Das Retreat beginnt am ersten Tag mit dem Abendessen und endet
  mit dem Frühstück am Abreisetag.

900 € Retreat inkl. Bio-Detox Vollverpflegung im **Mai & September 2022**
800 € Retreat inkl. Bio-Detox Vollverpflegung im **Oktober 2022**

Doppelzimmer je nach Kategorie

Mai	470 € oder 670 € p.P.
September	490 € oder 690 € p.P.
Oktober	390 € oder 490 € p.P.

Einzelzimmer je nach Kategorie

Mai	590 €, 790 € oder 990 € p.P.
September	690 €, 890 € oder 1090 € p.P.
Oktober	590 €, 690 € oder 890 € p.P.

Dein Team vor Ort

Ursula Peer

Wirtschafts-und Sportwissenschafterin, TCM Ernährungs-beraterin und Autorin hat ihre eigene, erfolgreiche Formel auf Basis der Traditionell Chinesischen Medizin, des Basenfastens und aktueller Ernährungslehren kreirt und serviert seit 2009 voll biologische, glutenfreie, milch-freie mediterrane Fusionsküche, die sie liebevoll mit Superfoods und Wildkräutern verfeinert.

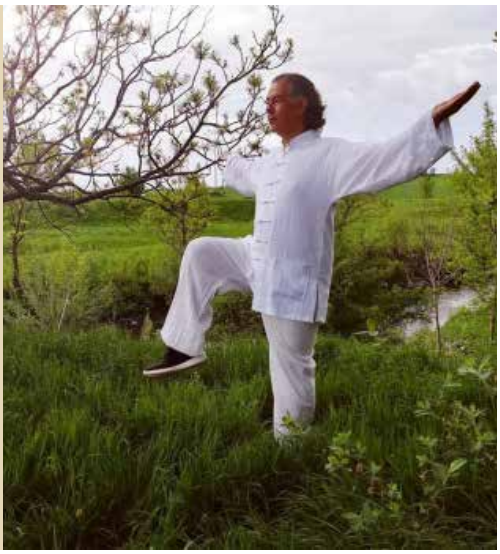
www.ursulapeer.com

Thomas Hudecek

praktiziert seit über 20 Jahren Qi Gong, Tai Chi und Achtsamkeit und ist ein Meister seines Fachs.
Zwei -optionale- Qi Gong Einheiten morgens und abends geben Ruhe, Kraft undsind eine wunderbares Erlebnis.

Thomas` Unterricht ist easy, undogmatisch und inspirierend.

www.taichi-schule.at



Flor Mauger

praktiziert seit über 20 Jahren Yoga und sieht es auch als ihren Lebensweg. Die liebenswerte Leichtigkeit ihres Unterrichts unter den Eukalyptusbäumen unserer Finca inspiriert neue wie erfahrene Yoginis.
Flor lebt ihre Liebe zu Yoga in ihrem Unterricht und ihr Talent als Künstlerin als Goldschmiedin.

Wir freuen uns sehr auf traumhafte, gemeinsame Wochen auf Formentera.

la Lemonista
URSULA PEER

Ich freue mich Deine Fragen zu beantworten.
Anmeldung bitte schicken an:info@ursulapeer.com
+34 622 17 90 17 oder +43 664 38 36 417

www.detoxmallorca.com

Herzlich Willkommen!

Schön dass Du an Bord bist! Wir freuen uns sehr, dass Du eine Woche Deines Urlaubs mit uns verbringen möchtest. Bitte schicke uns die ausgefüllte und unterschriebene Anmeldung an **info@ursulapeer.com,** um den Platz Deiner Wahl verbindlich für Dich zu reservieren.

ANMELDUNG

TCM DETOX & Qi Gong Retreat

- O 29. Mai - 4. Juni 2022
- O 24. - 30. September 2022

TCM DETOX, Chill, Yoga Retreat

- O 02. - 08. Oktober 2022

Hiermit melde ich mich verbindlich für dieses Retreat an.

Vor/ Nachname	
Email:	
Geburtsdatum:	
Adresse:	
Mobil Tel:	
Zimmerwunsch Kategorie (EZ / DZ mit wem?)	

Preis: 900/800 € Retreat mit Vollverpflegung, Zahlung an Ursula Peer mit Rechnung vorab.
Unterkunft, Preise laut Ausschreibung Doppelzimmer je nach Kategorie 390 - 690 € p.P.,
Einzelzimmer je nach Kategorie 590 - 1090 € p.P., Zahlung direkt an die Finca, bar vor Ort.
Die Zimmer der günstigeren Kategorie teilen sich ein Bad mit einem anderen Zimmer oder sind kleiner als die Zimmer der höheren Kategorie. Bitte nenne die gewünschte Kategorie und Deine gewünschte ZimmerpartnerIn.

Ich buche hiermit einen Seminarplatz imoben genannten Retreat auf Lanzaroteund reserviere ein Zimmer in der Finca, ich akzeptiere die oben genannten Bedingungen und unten genannten Stornobedingungen. Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich damit einverstanden, dass meine oben genannten personenbezogenen Daten ausschließlich zum Zwecke der Planung und Koordination des Retreat Programms verarbeitet werden.

Datum: Unterschrift:

Stornobedingungen: Deine Anmeldung ist verbindlich. Sollte es aus gesundheitspolitischen Gründen nicht möglich sein zu reisen oder das Retreat wie geplant abzuhalten werden Dir sämtliche Seminarkosten zur Gänze rückerstattet. Die Veranstalter übernehmen keine Haftung für Flüge oder sonstige Aufwendungen von Kundenseite. Wenn Du aus anderen - als gesundheitspolitischen - Gründen vor Beginn des Retreats stornierst, wird eine Bearbeitungsgebühr von 100 € erhoben. Bei einer Absage aus eigenen Gründen ab acht Wochen vor Retreatstart betragen die Stornogebühren 100%, es kann gerne kostenlos ein Ersatzteilnehmer bekanntgegeben werden. Ein detailliertes Programm und weitere Informationen zur Anreise wird 2-3 Wochen vor Reiseantritt verschickt. Unsere Telefonnummern, Reiseinformationen und Informationen zur Unterkunft, die genaue Adresse und Koordinaten werden mitgeliefert, ebenso Empfehlungen, wie man sich am Besten auf das DETOX Retreat vorbereitet.