

# Életöröm tábor Zellivel

**Hol?** - a Kőszegi hegységben, a Stájer Házakban

**Mikor?** - 2020. július 11-től 16-ig, 6 nap 5 éjszaka

## Mit eszünk, iszunk?

A napi 3 főétkezésben vegetáriánus (húsmentes) ételeket, növényi pástétomokat, gabonakásákat, zöld turmixot, gyógyteákat, zöld teát, gabona-kávét és vizet.

## Hol alszunk?

A Stájer Házak több ágyas szobáiban, az emeletes ágyak lenti részén (igény esetén az emeleten). Van 2 db 3 ágyas zuhannyal és WC-vel, 1 db 7 ágyas szoba külön zuhanyzókkal és WC-vel.

## Milyen programok lesznek?

- Etkajóga erőgyújtó foglalkozások
- 3-1-2 meridián torna
- NMPT - Bene Máté Gerincakadémia prevenciós gyakorlatsor
- Erdei séták, túrák: Kendig nyereg, Vöröskereszt, Hörmann forrás, Szikla forrás
- Erdész által vezetett séta a tanösvényen és a Stájer arborétumban
- Hangtálas, élőszavas mesemondás Albert Zsuzsánnával (mesemondó és meseterapeuta)
- Játék: a pozitív gondolkodás társasjátéka

## Mennyibe kerül?

6 nap/5 éj: 59.500 Ft (07.11-16.)

3 nap/2 éj: 32.500 Ft (07.11-13.)

Ez az ár tartalmazza a szállást, a teljes ellátást, az Etkajóga erőgyújtó foglalkozásokat és az NMPT-t, a programokat, valamint a szervezés költségeit. Szoba és ágy választás: először az 5 éjszakás táborozók, majd a 2 éjszakás táborozók jelentkezési sorrendben.

## Jelentkezés 2020. június 19-ig!

Szeretettel várlak!

Kovácsné Károlyi Zelli

20/3155-345

zelli.etkajoga@gmail.com