

RETREAT MIT COACHING UND QIGONG
auf der Insel

SKYROS

Das malerische Juwel mitten in der griechischen Ägäis

15.-22. SEPTEMBER 2018

Exklusiv
im Direktflug
ab Wien!

InterTravel
Reisebüro GmbH

SKYROS

Traditionell, ursprünglich und authentisch

Ein Traumparadies zwischen den Inseln der Sporaden

Foto: © shutterstock.com/Milan Gonda

Auf der Insel Skyros finden Sie das wunderbare Zusammenspiel zwischen Meer und Bergen. Die Spuren der Antike – auch Achilles lebte hier – sind bis heute erhalten geblieben. Wunderschöne Sandstrände mit kristallklarem Wasser warten darauf, von Ihnen entdeckt zu werden. Von der Hauptstadt Chora erstreckt sich ein wunderbarer Panoramablick über die ganze Insel.

Tauchen Sie ein in ein Griechenland voller Tradition, Ursprung und Geschichte, welches vom Massentourismus noch unentdeckt geblieben ist.

FLUGZEITEN:

15.09.2018		22.09.2018	
ab Wien	09.20 h	ab Skyros	13.05 h
an Skyros	12.40 h	an Wien	13.35 h



UNTERBRINGUNG:

Studios Pegasus

Acherounes Beach

Die Studios Pegasus liegen am Acherounes Beach, nur ca. 30 m vom Strand entfernt, umgeben von einem schönen Palmengarten. Für die kleinen Gäste steht ein kleiner Spielplatz bereit. Eine typisch griechische Taverne befindet sich am Eingang der Anlage.

Die Studios und Apartments verfügen jeweils über Bad oder Dusche/WC, Balkon oder Terrasse, TV, eine ausgestattete Küchenzeile mit Kühlschrank und eine Klimaanlage. Die Bettwäsche wird 2x wöchentlich gewechselt, das Zimmer jeden zweiten Tag gereinigt.



WLAN nutzen Sie kostenfrei.

LEISTUNGEN

- Charterflug Wien-Skyros-Wien mit Dash 8/400 der Air Baltic
- 1 Gepäckstück bis 20 kg (max. 100x50x80 cm) + 1 Handgepäck bis max. 8 kg (55x40x20 cm) pro Person inklusive
- Flughafengebühren und Luftverkehrsabgabe (Stand Okt. 2017)
- Transfer Flughafen – Studios Pegasus – Flughafen
- 7 Übernachtungen in den Studios Pegasus auf Basis Nächtigung
- Deutschsprachige Reiseleitung vor Ort

Ausflugsmöglichkeiten bzw. Mietauto können vor Ort bei der Reiseleitung gebucht werden.

Pauschalpreis pro Person im Doppelzimmer	Euro 690,-
Einzelzimmerzuschlag	Euro 140,-

Weitere Informationen zur Anlage: www.skyros-pegasus.gr

RETREAT

mit Coaching und Qigong auf der Insel Skyros

Mit Dr. Agata Danis und Gunda Hofmann

Foto: © shutterstock.com/Andry Nikolaev

Wohlfühlen und Energie tanken, sich innerlich und äußerlich verjüngen. Zu einer besonderen Reise zu sich selbst laden Dr. Agata Danis, systemischer Coach, und Gunda Hofmann, Expertin für Atempädagogik und Qigong, ein.

Genießen Sie ein vielfältiges Programm in einem Traumparadies auf dem Insel Skyros. Die begrenzte Teilnehmerzahl (max. 12 Personen) garantiert die entspannte Atmosphäre und den fruchtbaren Austausch zwischen den TeilnehmerInnen.

RETREAT BIETET IHNEN DIE MÖGLICHKEIT:

- Auszeit nehmen an einem Rückzugsort.
- Ihre Stärken finden und fördern und dadurch Selbstvertrauen und Selbsterkenntnis gewinnen.
- Sich Ihrer inneren Blockaden, Konditionierungen, Gedankenfallen, Vorlieben oder Abneigungen bewusst werden.
- Alles, was sie in Ihrer Entwicklung hindert, loslassen können.
- Auftanken, praktische Übungen und einfache Techniken aneignen – basierend auf MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) – die zu Entspannung, mehr Gelassenheit, Lebensfreude, positiver Lebensenergie und seelischer Zufriedenheit führen.
- Gelassenheit, Lebensfreude, Glück und Kreativität leben.



RESSOURCEN, DIE ENTSTEHEN:

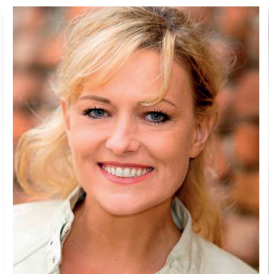
- Lebens- und Antriebskraft
- Endlich wieder gut schlafen
- Kontakt und Kommunikationsfähigkeit
- Selbstwert und Ich-Stärke
- Körperliche und geistige Entspannung und Beweglichkeit

DIE REFERENTINNEN:

Dr. Agata Danis ist eine europaweit gefragte Beraterin, Trainerin und systemischer Coach mit zahlreichen Referenzen. Trainiert und coacht in vier Sprachen. Begleitet Menschen auf dem Weg zu mehr Lebensfreude, Erfolg und einem erfüllten Leben. Sie ist Autorin des Buches „Mein innerer Wolf – Mit Achtsamkeit aus dem Gefühlschaos“. www.inconsulting.at



Gunda Hofmann ist langjährige Taiji Quan und Qigongtrainerin (6. Dan Sport Universität Peking) und akademische Atempädagogin. Sie leitet die Schule des Atmens und das Zentrum für Stimme & Sprechen in Wien. www.gundahofmann.com
www.stimme-und-sprechen.at



TAGESABLAUF: 16.09.–20.09.2018:

- 09:00–10:30 Uhr: Atemübungen & Qigong
- 11:00–13:00 Uhr: Gruppen-Coaching
- Der Nachmittag steht zur freien Verfügung
- 18:00–19:00 Uhr: Freiwillige Auswahl: Geführte Meditation, Qigong, Übungen zur Befreiung der Stimme und des Ausdrucks

EXTRAS – BUCHBAR VOR ORT:

Dr. Agata Danis und Gunda Hofmann stehen zur Verfügung für:

- Einzelcoaching
- Atembehandlungen

Pauschalpreis für Retreat mit Coaching und Qigong

Euro 600,-

INFORMATION UND ANMELDUNG:

agata.danis@inconsulting.at oder
office@stimme-und-sprechen.at
Tel.: + 43 (0)676 505 21 45

Alle angegebenen Preise inkl. MWSt.



Reisebürosicherungsverordnung: Sicher sind Sie mit Intertravel Reisen schon immer gefahren – entsprechend der Reisebürosicherungsverordnung (RSV) sind wir unter der Nummer 2003/0028 im Reiseveranstalter-Verzeichnis des BMfWA eingetragen. Unser Garant ist die Erste Group Bank AG mit der Garantiererklärung Nr. 587315 über die Garantiesumme gemäß §8 der RSV. Als Abwickler fungiert: Europäische Reiseversicherung AG, Kratochwjlestraße 4 A-1220 Wien, Tel. +43/1/317 25 00, Fax +43/1/319 93 67. An diese sind sämtliche Ansprüche (bei sonstigem Anspruchsverlust) innerhalb von 8 Wochen nach Eintritt der in §1(3) der RSV genannten Ereignisse anzumelden.

Intertravel Reisebüro GmbH Vertragsbedingungen für die Angebote in diesem Katalog: Anzahlung 20 %, Restzahlung ab 20 Tage vor Reiseantritt. Es gelten die ARB 1992 in der letztgültigen Fassung. Preisstand, Datum der Drucklegung: Oktober 2017. Alle Preise in Euro. Druck-, Satz- und Preisfehler vorbehalten. Mindestteilnehmerzahl 70 Personen pro Termin.

Intertravel Reisebüro GmbH

Passauerplatz 5, 1010 Wien

Tel: +43 (0)1 533 06 60, Fax: +43 (0)1 533 06 50

Mail: office@intertravel.at, www.intertravel.at

 [Facebook.com/IntertravelReisebuero](https://www.facebook.com/IntertravelReisebuero)



www.intertravel.at