

Fit – und Vital Wochenende

30.04.2025 – 04.05.2025

Basisch leicht und lecker essen – Rohkost – Yoga – wandern – Sauna – Lagerfeuer

Sei herzlich eingeladen, mit uns genüsslich und aktiv aufzutanken in der Naturherberge Bahra am Rande der Sächsischen Schweiz mit See zum schwimmen und viel Wald rundherum.

Unser Programm für dich:

- Vollverpflegung mit frisch zubereiteter, biologischer basischer Kost nach P. Jentschura und leckerer, energiegelender Rohkost
- Morgens eine Stunde Yoga – bei Sonnenschein auf der Wiese
- Sauna, baden im See, Lagerfeuer am Abend
- Wanderung in der wunderschönen Sächsischen Schweiz
- Kräuterwanderung, Bergwerksführung und spontane Unternehmungen

Alles in entspannter Atmosphäre, mit guten Gesprächen und viel Spaß

Kosten: 535,- Euro im DZ (EZ mit Aufpreis möglich)

Nur 6 – 12 Teilnehmer



Wir freuen uns auf eine wundervolle Zeit mit dir.

Herzlichst Daniela Mühle und Kerstin Klingenuß

Anmeldung bitte unter:

Daniela Mühle

www.naturkosmetik-goerlitz.de

info@naturkosmetik-goerlitz.de

Tel. 03581/375525 und 01577/3947315

In Zusammenarbeit mit Altai Adventure GmbH Berlin

