

Special-Wochen 2004

www.gutshof-bastorf.de info@gutshof-bastorf.de

DLG-Ferienhof des Jahres 2001

MERIAN-Tipp 2003

Inh.: F.+ R. Wutschik
Kühlungsborner Str.01
182 30 Bastorf
Tel.: 03 8293/645-0 ; Fax: 645-55

GEO-Tipp 2004



Gültig ab 1.9.2004

keine Prospekthaltung

Spezielle Themen- und Seminarwochen für Beauty, Heilfasten und 5 Elemente-Küche

Zu festgelegten Terminen bieten wir Ihnen unsere Themen- und Seminarwochen. Mit umfassenden Angeboten und enger Betreuung durch unsere Fachkräfte gehen wir gemeinsam mit Ihnen in kleinen Gruppen diese Themen an.

Beauty: viel Spezielles, Wissenswertes und Neues um das Thema Kosmetik und auch Meerwasserkosmetik – aktuell nicht nur an der Küste!

Zusätzlich zu den Behandlungen treffen Sie sich auf Informationstermine mit Kosmetik-Profi Sybille Konrad. Zeit für Touren in die Region bleibt auch – wir geben Ihnen gerne Tipps.

Beautywochen 5 Tage	
Übernachtung im Appartement D	✓
Vollpension auf dem Gutshof	✓
1 x Hautbildanalyse	✓
1 x Beratungsgespräch mit Kosmetikempfehlungen	✓
1 x entspannende Kopfmassage	✓
1 x Basis-Beauty-Behandlung	✓
1 x Individualisierte und Hauttypgerechte Behandlung	✓
Vortrag "Kosmetisch durch die Jahreszeiten"	✓
Vortrag "Was ist Meerwasserkosmetik?"	✓
inklusive der Kreativkurse (zB. Aquarellmalerei, Filzen,...)	✓
inklusive Tees/ natriumarmem Wasser außerhalb der Mahlzeiten	✓
inkl. Meditationen / Entspannungskurs	✓
inkl. Fitnessraum/ Fitnesskurse (gemäß Wochenplan)	✓
pro Person im Doppelzimmer	€ 535,00
pro Person im Einzelzimmer	€ 605,00
Termine: 25.10.-29.10.2004, 10.04.-15.04.2005 24.04.-29.04.2005, 08.05.-13.05.2005 26.06.-01.07.2005, 11.09.-16.09.2005 23.10.-28.10.2005	Maximal e teilnehmerzahl: 12 Personen

Heilfasten: nach Buchinger ist eine Trinkkur. Hierbei werden dem Körper die wichtigsten Nährstoffe in Saft- und/oder Suppenform zugeführt.

Äußerst effektiv ist das **Heilfasten** zur Entschlackung, Stoffwechselverbesserung, Rheumaprophylaxe und nachhaltigen Gewichtsreduktion. In den Heilfastenwochen (mit Fastenwandern) finden sich Alleinreisende zumeist in der Gruppe zusammen.

Heilfasten 7 Tage / 14 Tage	
Übernachtung im Appartement D	✓
Eingangsuntersuchung	✓
Einweisung in die Regeln des Fastens	2 x
Fastenspeisen	✓
Versorgung mit Wasser, Tees, Säften, usw.	✓
Konsultationen	1 x / 3 x
Darm- und Buchmassage	1 x / 2 x
Heilerwicklung zum Entschlacken	keine / 2 x
Ohrakupunktur der Hungerpunkte	1 x
Fastenwandern mit Touren nach Wunsch	1-2x /Woche
Heilfasten in den Fastenwochen (Karneval bis Ostern (7 Tage / 14 Tage)	€ 390,- / € 670,-

5 Elemente „Koch-Woche“: die Theorie basiert auf der TCM – die Speisen sind regional geprägt, wohlschmeckend und er-“nährend“. Es erwartet Sie eine Woche voller Neuigkeiten mit Heilpraktischer Untersuchung, Ernährungsberatung und Kochseminar.

5 Elemente „Koch-woche“	
Übernachtung im Appartement D	✓
5 Elemente Vollverpflegung	✓
Eingangsuntersuchung durch den Heilpraktiker	✓
Ernährungsberatung mit Befundaufnahme und individuell erstelltem Ernährungsplan - natürlich nach den 5 Elementen	✓
3 x Kochseminareinheiten (inkl. der verwendeten Kochmittel und Zutaten)	✓
2 Vorträge bzw. Theoriebesprechungen	✓
Übersichts-Plakat: Kochen nach den 5 Elementen	✓
inklusive Entspannungskursen (gem. Wochenplan)	✓
Saunanutzung mit Handtüchern inklusive	✓
Termin: 23.01. - 28.01.2005	€ 530,- pro Person
Termine 04.10. - 08.10.2004 03.04. - 08.04.2005 17.04. - 22.04.2005 19.06. - 24.06.2005 18.09. - 23.09.2005	€ 590,- pro Person

Wichtige Hinweise:

Wir sind ein Ferienhof mit Wellnessangeboten – kein 4-5 Sterne-Wellnesshotel. Bei uns erhalten Sie Ihren Wellness- und Beautyurlaub zu einem äußerst günstigen Preis – Behandlungen, Unterkunft und Verpflegung von Frühstück bis Vollpension je nach Buchung und Paket. Auch weisen wir darauf hin, dass es sich beim Gutshof um ein historisches Gebäudeensemble handelt, man daher zum Erreichen des Rezeption, des Restaurants oder der Wellnessrichtungen auch „schon mal über den Hof“ gehen muss. **Eben: rustikal – ländlich - charmant!**
Die Anreise für die 5 Tage-Wochentagsbuchungen ist immer Sonntag (ab 15:00). Bitte informieren Sie uns daher rechtzeitig über Ihre Anreisezeit.