

Auszeit - Genusszeit

Der Zauber eines entschleunigenden Wochenendes

9. bis 12. April 2026 – Ort: Probstei St. Gerold, St. Gerold (AT)



*Auszeit und Genusszeit sind keine Luxusgüter,
sondern notwendige Bestandteile eines
ausgeglichene Lebens. Sie schenken Kraft,
Inspiration und Lebensfreude.*

**Geniesse ein erholsames Wochenende für Körper & Geist
und lasse dich kulinarisch verwöhnen.**



- Übungen in Achtsamkeit, Meditation und Hypnose
- individuelle Massage / Behandlung

Propstei St. Gerold in St. Gerold (AT)



- Therapie mit Pferden
- Auf dem Weg der Sinne - Weg der Stille

Übernachtung im Einzel- oder Doppelzimmer



9. bis 12. April 2026 – Ort: Probstei St. Gerold, St. Gerold (AT)

Was Dich erwartet:

- Übungen in Achtsamkeit, Meditation und Hypnose
- 2x 45min individuelle Massagen / Behandlungen
- Möglichkeit für:
 - persönliche Einzelgespräche
 - Therapie mit Pferden
 - Besuch / Gespräch bei Abt Martin Werlen
 - Spaziergängen auf dem Weg der Sinne - Weg der Stille
- 4 Verwöhntage
- 3x Übernachtung im Einzel- oder Doppelzimmer
- 3x Geniesser-Vollpension
- individuelle An- und Abreise

Wochenendkosten inkl. Übernachtung & Vollpension

CHF 810.– pro Person im Doppelzimmer

CHF 880.– pro Person im Einzelzimmer

Anmeldeschluss: Samstag, 28. Februar 2026

Anmeldung bei

Gesundheitspraxis Cerasus Praxis für Körpertherapie

Ruth Weber Michael Enz

cerasus@bluewin.ch info@praxis-koerper-therapie.ch

WhatsApp 079 372 85 66 WhatsApp 079 828 78 09



Praxis für
Körpertherapie

Michael Enz

Berufsmasseur | DORN-Therapeut | OMNI Hypnosetherapeut
Achtsamkeits- & Meditationscoach

info@praxis-koerper-therapie.ch | 079 828 78 09

www.praxis-koerper-therapie.ch



GESUNDHEITSPRAXIS
CERASUS

Ruth Weber

Dipl. Berufsmasseurin | Klassische Massage
Fussreflexzonen Thp | Manuelle Lymphdrainage MLD / KPE

cerasus@bluewin.ch | 079 372 85 66

www.praxis-cerasus.ch