

Atmen & Loslassen

Kraft der Ruhe - Entspannung für Körper und Geist

29. Okt bis 1. Nov 2026 – Ort: Hotel Serpiano / Tessin



*Wie ein sanfter Wind, der den Tag streichelt, entfaltet
Entspannung ihre Kraft. Sie lässt die Seele aufatmen, den
Geist tanzen und den Körper zur Ruhe finden.*

**Sei im Rhythmus der fallenden Blätter und
lasse die Seele baumeln.**



- Übungen in Achtsamkeit, Meditation und Hypnose mit Michael Enz
- individuelle Massage / Behandlung bei Ruth Weber / Michael Enz

Hotel Serpiano im Tessin



- Spa & Wellness mit Hallenbad, Whirlpool, Fitnessraum, Sauna, Dampfbad

Übernachtung im Einzel- oder Doppelzimmer



29. Okt. bis 1. Nov. 2026 – Ort: Hotel Serpiano / Tessin

Was Dich erwartet:

- Übungen in Achtsamkeit, Meditation und Hypnose
- 2x 45min individuelle Massagen / Behandlungen
- Möglichkeit für:
 - Spa & Wellness mit Hallenbad, Whirlpool, Fitnessraum, Sauna, Dampfbad
 - Spaziergänge abseits des Verkehrs
 - Luftseilbahn: Serpiano – Lago di Lugano
- 4 Verwöhntage
- 3x Übernachtung im Einzel- oder Doppelzimmer
- 3x Geniesser Halb- oder Vollpension
- individuelle An- und Abreise

Wochenendkosten inkl. Übernachtung Halb- oder Vollpension

CHF 790.- pro Person im Doppelzimmer mit Halbpension

CHF 840.- pro Person im Einzelzimmer mit Halbpension

CHF 850.- pro Person im Doppelzimmer mit Vollpension

CHF 920.- pro Person im Einzelzimmer mit Vollpension

Anmeldeschluss: Freitag, 31. Juli 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



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