

TCM Retreat auf Mallorca



**Qi Gong, Tuina, TCM Detox Köstlichkeiten,
Meer & Urlaubsfeeling
Sa 14. – Sa 21. September 2019**



In dieser Woche verbinden wir Finca Urlaub und Erholung nach allen Regeln der Kunst mit dem Wissen der Traditionell Chinesischen Medizin.

Der Tag beginnt mit Qi Gong unter alten Bäumen, einem herrlichen warmen Frühstück und entfaltet sich dann in traumhafter Kulisse – mit Tuina, Akupunktur oder Massagen, einem Ausflug an den Strand oder Markt oder einfach am Pool, um den Sommer zu verlängern.

UNSERE LEISTUNGEN:

7 Übernachtungen in einer einfachen, sehr gepflegten Finca mit Traumgarten & Pool

Biologische Detox Vollpension

- gemeinsames, warmes Frühstück nach TCM Richtlinien
- Suppe/Salat als Mittagessen
- warmes, gemeinsames Abendessen
- ganztägig Detox Kräutertees & energetisiertes Wasser

1 TCM Behandlung Akupunktur/Tuina oder Schröpfen mit Jeannine

1 „Power des TCM DETOX“ Vortrag, Ursula

12 Qi Gong, Tai Chi oder Mindfulness Einheiten mit Thomas

1 Session nach Wahl mit Monika

individuelle Empfehlungen für zu Hause von Ursula

Transfer vom und zum Flughafen Palma

Ab 6 bis 12 Personen

Preis: **1.590 € - 1.790 € je nach Kategorie bzw. EZ/DZ**

Optional

- Wenn genügend Autos vorhanden sind, ist ein gemeinsamer Besuch auf einem Wochenmarkt und am Strand von Es Trenc möglich
- Je nach Wunsch können Zusatzbehandlungen gegen Bezahlung gebucht werden: Ölmassagen, TCM Kosmetik (Detox Gesicht und Körper), Fußreflexzonenmassage, Qi Gong Privatstunden, Tarot Lesungen

Transfer/Mietwagen/Ablauf:

Wenn Sie gerne unabhängig sind und die Strände und kleinen Orte der Insel besuchen wollen, empfehlen wir Ihnen für die Woche einen Mietwagen zu buchen oder zu teilen.

Es werden am Ankunfts- und Abreisetag 2x kostenlose Sammeltransfers vom bzw. zum Flughafen organisiert. Die Woche starten wir mit dem gemeinsamen Abendessen am Samstag, beenden werden wir die Woche mit dem Frühstück am Samstagmorgen. Am Anreisetag können ab ca. 16h die Zimmer bezogen werden.



Wie es dazu kam:

Als sich Jeannine von Gunten und Ursula Peer vor 5 Jahren während eines Retreats auf Mallorca kennengelernt haben, war schnell klar, dass die beiden Therapeutinnen persönlich viel gemeinsam haben und sich fachlich optimal ergänzen. Mit der TCM als Grundausbildung sprechen sie die gleiche Sprache und bieten eine perfekte Rundumbetreuung auf den gemeinsamen Retreats, die im Nu ins Leben gerufen waren. Während sich Ursula um köstliche Gerichte, Tees und Ernährungsempfehlungen kümmert, lässt Jeannine mit ihrer TCM Heilkunst Blockaden verschwinden, damit sich im Körper Leichtigkeit und Zufriedenheit einstellen. Ihre gemeinsame Mallorca Freundin, Reiki Meister Monika Evans war vom ersten Retreat an mit dabei und trägt seitdem immer einen Anteil an der Erholung und Langzeit Inspiration der Urlaubswochen. Seit März 2018 ist mit Thomas ein Meister seines Fachs mit an Bord: er unterrichtet und lebt die Prinzipien von Qi Gong und Achtsamkeit und komplettiert das Team.

Ihr Team vor Ort:

Jeannine von Gunten ist Therapeutin mit und aus Leidenschaft, deren Weg als Hebamme begonnen, zur Akupunktur und weiter in ihre eigene TCM Praxis mit Bioresonanztherapie geführt hat. Seit sie sich auf ihrer Familienauszeit auf Mallorca in die Insel verliebt hat, freut sie sich immer besonders die Freude an den Schönheiten der Insel mit allen Retreatgästen zu teilen. www.jeanninevongunten.ch

Ursula Peer, Wirtschafts- und Sportwissenschaftlerin, TCM Ernährungsberaterin und Autorin hat ihre eigene, erfolgreiche Formel auf Basis der Traditionell Chinesischen Medizin, des Basenfastens und aktueller Ernährungslehren kreiert und serviert seit 2009 voll biologische, glutenfreie, milchfreie mediterrane Fusionsküche, die sie liebevoll mit Superfoods verfeinert. www.detoxmallorca.com

Thomas Hudecek:

praktiziert seit über 20 Jahren Qi Gong, Tai Chi und Achtsamkeit und die Ruhe in Person . Zwei Qi Gong Einheiten am Tag, morgens und abends geben Ruhe, Kraft und sind eine wunderbare Achtsamkeitsschulung. Thomas bietet „ein komplettes Workout für Ihren Körper, Ihre Energie und Ihren Geist.“ Die Qi Gong Stunden im Park vergehen im Flug, Thomas` Unterricht ist undogmatisch und inspirierend. www.taichi-schule.at

Monika Evans:

bietet als Reiki Master Reiki Behandlungen an und bildet Therapeuten aus, sie praktiziert seit 2008. Monika ist seit vielen Jahren als Retreat Leiterin mit viel Herz, Gespür und Einfühlungsvermögen für ihre Gäste da, sie gibt zudem sehr beliebte Tarot Lesungen. www.dreamphilosopher.com

Wir freuen uns sehr, Sie auf Mallorca zu begrüßen und in dieser traumhaften Woche begleiten zu dürfen.

Herzlichst, Jeannine von Gunten & Ursula Peer