

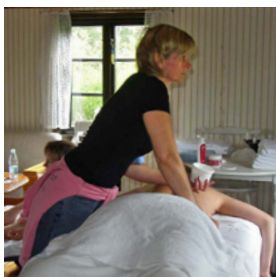


SYDSVENSKER OPLEVELSER FOR KROP OG SJÆL

6-8. Maj 2011
16-18. September 2011
7-9. Oktober 2011

LIVGIVENDE AKTIVITETS- OG VELVÆRE OPLEVELSER I SVERIGE

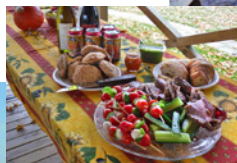
”Tak for denne livgivende oplevelse” er en af deltagernes eget udtryk fra den sidste tur. Meget sigende, for det er lige præcis hvad det er. Alle sanser kommer i brug. Vi garanterer dig, at du føler dig lettet, glad, overrasket, afslappet og med masser af ny energi når du kommer hjem igen. Kom alene eller tag en veninde, kollega eller søster med.



WEEKENDEN TILBRINGES PÅ ET MEGET HYGGELIGT SVENSK BED & BREAKFAST CA. 3 TIMERS KØRSEL FRA KØBENHAVN.



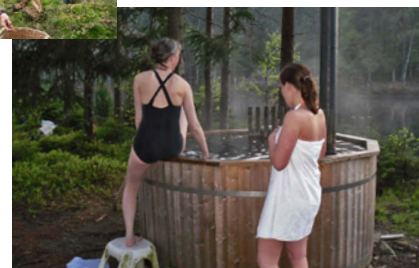
Weekenden byder på smukke vandreture (om efteråret samles svampe undervejs), 45 minutters velvære massage, vildmarks bad i skoven, ManuVision træning og behandling ved Katrine West samt brændeopvarmet badstue med efterfølgende herligt og forfriskende dyp i søen. Mad kun af de bedste lokale råvarer med masser af frugt, grønt, fisk og hjemmebagt ”tunnbrød”. Om aftenen middag med et glas godt vin eller to i den rustikke stue med kakkelovnskamin.



Vil du vide mere eller er du interesseret i at modtage et detaljeret program, så ring til Bente Colberg på 2145 8161 eller send en mail til info@sydsvenske-oplevelser.dk

Katrine West er uddannet pædagog i 2001 og Manu-Vision behandler og træner i 2009. Arbejder i dag i [Lene Hanssons Wellness Center i København.](#)

En ManuVision behandling tager udgangspunkt i at krop og psyke hænger sammen. Behandlingen består i forskellige teknikker som zoneterapi, afspænding af muskel og sene hæfter, lymfe drænæge samt pulsering. Vejrtrækningen er en stor del af behandlingen. ManuVision træning foregår på gulv, hvor der arbejdes med kroppens led og muskler med bl.a. fokus på åndedræt og centrering af kroppen.



ARRANGØR:

Sydsvenske Oplevelser
v/Bente Colberg
Tlf. +45 2145 8161
info@sydsvenske-oplevelser.dk
www.sydsvenske-oplevelser.dk

PRIS PER PERSON KUN 2.195 KRONER

Prisen inkluderer:

- 2 nætter i delt dobbeltværelse
- 2 x morgenmad
- 2 x middag med vin
- 1 x picnic
- 45 minutters massage
- vildmarks bad
- sauna
- 1 times ManuVision træning
- foredrag om stress symptomer
- vand, te, kaffe, frugt ad libitum
- guidet vandretur

Der er plads til max 10 personer per tur:

1. 6-8. Maj 2011
2. 16-18. September 2011
3. 7-9. Oktober 2011

Er man en gruppe på 8-10 personer, kan man bestille weekenden eksklusivt til denne gruppe - eller eventuelt på andre datoer end de angivne. Indholdet kan selvfølgelig også tilpasses gruppens ønsker og behov.