

Winterwochenende Feldenkrais und Skifahren

5. – 7. März 2021 im Ybrig

Unser Angebot:

Gewinnen Sie spielerisch mehr Sicherheit, Leichtigkeit und Eleganz beim Skifahren.

Mittels sanfter Bewegungs-Experimente entdecken Sie im Feldenkrais-Workshop neue Möglichkeiten, verändern alte Muster und verbessern Ihre Selbstwahrnehmung und Koordination, so dass die Schwünge auf und neben der Piste runder werden.

Auch Langläuferinnen und Winterwanderer können dank der verfeinerten Selbstwahrnehmung von einem besseren Gleichgewicht und mehr Stabilität unterwegs im Schnee profitieren.

Daneben geniessen Sie in einer kleinen Gruppe das familiäre Ambiente des Landgasthofs Rösslipost und die feine Küche von Kathrin Fässler Grossen. Neben dem Workshop bleibt Zeit um das Gelernte auf der Skipiste im Hoch-Ybrig, auf der Loipe oder bei Streifzügen durchs Ybrig auszuprobieren.

Das Pauschalangebot beinhaltet:

- 3 Stunden Feldenkrais-Workshop mit Silvia Strub
- 2 Nächte mit Halbpension (4-Gang-Menü und Frühstück) im Doppelzimmer mit Bad/Dusche
- Willkommensapéro am Freitagabend

Datum:

Freitag 5. März bis Sonntag 7. März 2021

Beginn Workshop: Freitag 17 Uhr, Ende: Sonntag ca. 10 Uhr

Pauschalpreis pro Wochenende: 350 Fr. pro Person im Doppelzimmer

Zusatzleistungen: Einzelzimmerzuschlag 20 Fr. pro Nacht

Individuelle Feldenkrais-Ski-Stunden auf der Piste mit Silvia Strub (ehem. Skilehrerin J+S) sowie vergünstigte Skipässe fürs nahe gelegene Hoch-Ybrig und Langlaufkarten fürs Ybrig können vor Ort dazu gebucht werden.

Anmeldung bis Freitag, 5. Februar 2021 an Silvia Strub

Preise haben Gültigkeit bei Barzahlung, Postcard, EC-Direkt (Maestro). Preise = inkl. MWSt., exkl. Kurtaxe (3 Fr./Tag)

Das Wochenende findet statt mit mindestens 4 bis maximal 10 Teilnehmenden. Die Teilnehmer/innen informieren wir spätestens 14 Tage vor dem Wochenende über die Durchführung. Bei Abmeldung weniger als 14 Tage vor Beginn sind 70% des Pauschalpreises zu entrichten. Die Stornogebühr entfällt, wenn ein/e Ersatzteilnehmer/in gefunden wird.



Landgasthof Rösslipost
Kathrin Fässler Grossen
Schmalzgrubenstrasse 2
8842 Unteriberg
Tel. 055 414 60 30
info@roesslipost.ch
www.roesslipost.ch



Silvia Strub
Feldenkrais-Lehrerin SFV
Atelier Mattenhof
Konsumstr. 16c, 3007 Bern
Tel. 079 323 30 67
silvia.strub@feldenkrais.ch
www.feldenkrais-strub.ch