



BURN OUT-REGENERATION

TANKEN SIE NACHHALTIG KRAFT FÜR DEN ALLTAG!

Wenn Sie sich erschöpft und ausgebrannt fühlen, verhilft Ihnen unser Medical Wellness Team unter der Leitung von Frau Dr. Susanne Seebeck mit persönlicher Beratung und nachhaltig wirkenden Behandlungen zu neuer Vitalität. Mit unseren ganzheitlich angelegten Regenerationsprogrammen stärken Sie Ihre Selbstheilungskräfte und bringen Körper und Geist wieder in ein ausgewogenes energetisches Gleichgewicht.

Unsere Programmorschläge, die wir individuell mit Ihnen abstimmen:

- **Gesundheits-Check:** VitalScan/Meridianmessung mit anschließendem energiemedizinischen Entspannungs- und Kreativitäts-Therapieprogramm
- **Individuelle Gesundheitsberatung** – so vermeiden Sie Stolpersteine im Alltag
- **Stressabbau** – Mittel und Wege zum optimalen Umgang mit Stress
- **Reiss-Profile Motivationsanalyse, Work-Life-Balance Coaching** – Finden Sie Ihre Mitte: Bewegung und Ernährung, die Grundlagen für Glück und Zufriedenheit
- **Regeneration & Revitalisieren** durch Naturheilverfahren sowie sanfte Pflanzen- und Kräuterheilkunde ... damit Sie allen Belastungen gewachsen sind!
- **Aura-Soma Coaching:** Behandlungen mit Farbe – den Verstand umgehen und den Kopf frei machen ... damit Ihre Kreativität erhalten bleibt für neue Wege
- **„Loslassen und Fliegen“** – Körpertherapie, Yoga, Chi-Gong, Entspannung mit Klängen in Kombination mit einer sinnlichen, lockernden Massage
- **Ohrenkerzenbehandlung** mit Lymphdrainage und Akupressur für Gesicht, Kopf und Nacken – „Take the pressure down“, nimmt Ihnen den innerlichen Druck
- **Personal Training** – ein gesunder Geist in einem gesunden Körper

Kombinieren Sie unser gesundheitliches Verwöhnangebot mit effizienten Outdoor-Einheiten. Genießen Sie faszinierende, befreiende Naturerlebnisse in der einzigartigen Landschaft des Elbsandsteingebirges, die die Kraft aus jahrmillionen alten Steinen in sich trägt. Trainingseinheiten an der frischen, sauerstoffreichen Luft, an den moos- und farnbewachsenen Steinschluchten und auf hoch gelegenen Aussichtspunkten komplettieren Ihr Programm. Zusammen mit unserem Gäste-Wochenangeboten investieren Sie ganzheitlich in Ihr eigenes Leben!



Für weitere Informationen zu unseren individuellen Beratungsangeboten rufen Sie uns bitte an: **Telefon 035022/919-700**