

Basenfasten am Bichlhof

02. - 09. Juni 2024

UND

22. - 29. September 2024

Eine Woche lang Körper und Geist entgiften - durch basische Ernährung, Sport und Wohlfühlprogramm.

Yoga- und Fitnessseinheiten mit ausgebildeten Trainern, Begleitung durch Ernährungscoach Julia Hopfner (Dipl. Ernährungstrainerin in Ausbildung), Kochkurse, Vorträge, uvm.

Die Teilnahme ist sowohl als Gast am Bichlhof als auch für alle aus der Region Kitzbühel & Umgebung buchbar.



Anmeldung unter:

Julia Hopfner

j.hopfner@bichlhof.at

www.bichlhof.at/basenfasten

Basen-Programm

02.-09. Juni 2024

UND

22.-29. September 2024

<p>Sonntag, 02. Juni ODER 22. September</p>	<ul style="list-style-type: none">• Anreise im Bichlhof• Kennenlernen und Vorbereitung auf die Basenwoche mit Julia• gemeinsamer Nachmittagstee• Walking Runde• Entspannungsyoga mit Dani• Gemeinsames Abendessen• Vortrag über Basische Ernährung von Julia (freiwillig)
<p>Montag - Sonntag 02. - 09. Juni ODER 22. - 29. Sept.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Morgens: Yoga oder Fitness, Acqua Gym, gemeinsames Frühstück• Vormittag: Benützung Wellnessbereich, Kochkurse verschiedene Wellnessbehandlungen (extra Buchung)• Mittags: Gemeinsames Mittagessen• Nachmittags: Ruhen & Leberwickel, Wanderungen, Walking, Waldbaden, Fitness• Abends: Abendyoga, gemeinsames Abendessen, Optional: Vorträge und Abendprogramm

Preise:

Basenfasten für Einheimische (ohne Unterkunft):

€ 750,00 exkl. Wellnessbehandlungen

Inklusive: Frühstück, Mittagessen, Abendessen, ganztägig Getränke, Sportprogramm, 1x 30 Min. Detox Massage oder Lymphdrainage, Kochkurse, Benützung Wellnessbereich

Basenfasten inkl. 7 Übernachtungen am Bichlhof ab € 1.660,00

im Doppelzimmer zur Einzelzimmernutzung inkl. dem gesamten Programm

Basenfasten inkl. 7 Übernachtungen am Bichlhof ab € 1.590,00

im Doppelzimmer inkl. dem gesamten Programm