

# BasenFastenWanderWoche mit Rückenfit IN SÜDTIROL / PUSTERTAL

04. - 10.10.2026

## DIE IDEALE KOMBINATION

DETOXZEIT FÜR DEINEN KÖRPER - BASENFAS- TEN (ESSEN UND GENIESSEN) - ERGÄNZT DURCH GESUNDE BEWEGUNG: TÄGLICHE RÜCKENFIT- EINHEITEN UND WANDERUNGEN IM WUNDERSCHÖNEN PUSTERTAL

## WOHLTUENDE RÜCKENFIT- EINHEITEN

JEDEN TAG KRÄFTIGEN WIR UNSERE MUSKELN RUND UM DIE WIRBELSÄULE, MOBILISIEREN DIE GELENKE UND LOCKERN DIE FASZIEN IM WEITLÄUFIGEN GARTEN DES HOTELS ODER WÄHREND EINER WANDERUNG.

## UNSER HOTEL

GENIESS DAS HOTEL THARERWIRT IN OLANG. \*\*\*S-STERNE-FLAIR MIT SCHÖNER WELLNESS-ANLAGE - INKL. BASISCHER VOLLPENSION. GÖNNE DIR UND DEINEM KÖRPER DIESE AUSZEIT UNTER GLEICHGESINNTEN !



INFO UND BUCHUNG

AB - TRAINING FÜR KÖRPER UND GEIST  
+49 163 7105 205  
ANGIESREISEN@GMX.DE



WWW.ANGIESREISEN.COM

@ANGIESREISEN

RÜCKENFIT AUF REISEN

# BasenFastenWanderWoche mit Rückenfit IN SÜDTIROL / PUSTERTAL

04. - 10.10.2026



## DAS KONZEPT

RÜCKENFIT AUF REISEN : FERNAB VOM STRESS UND FAMILIÄREN VERPFLICHTUNGEN - IN WUNDERSCHÖNER UMGEBUNG NEHMEN WIR UNS ZEIT, UNSEREM KÖRPER UND GEIST ETWAS GUTES ZU TUN. DURCH DAS TÄGLICHE TRAINING KÖNNEN WIR NEUE GEWOHNHEITEN ETABLIEREN.



## BASENFASTEN

SETZE KÖRPEREIGENE HEILKRÄFTE FREI: NICHT NUR KÖRPERLICHER, SONDERN AUCH SEELISCHER BALLAST KANN WÄHREND UNSERER GEMEINSAMEN WOCHE ABGEWORFEN WERDEN UND DER SÄURE-BASEN-HAUSHALT KOMMT INS GLEICHGEWICHT. UNTER DEM EINDRUCK DER SÜDTIROLER BERGE WIRD DER BLICK FREI UND DIE KÖRPERENERGIE KANN FLIESSEN. BEGLEITET VON CHRISTA (WWW.CHRISTAVOLLGGER.COM)



## PREISE

**UNTERKUNFT IM LANDHOTEL THARERWIRT 570 EUR \***  
INKL. 6 ÜN/EZ, BASISCHE VOLLPENSION  
WELLNESSBEREICH MIT SAUNA / SCHWIMMBAD  
BASISCHE GETRÄNKE, SÜDTIROL-CARD

**BASENFASTENWANDERWOCHE + RÜCKENFIT 350 EUR**  
INKL. KOMPL. FASTENBEGLEITUNG,  
VORTRÄGE, WANDERUNGEN, UNTERLAGEN UND REZEPTE

\*BAR ODER MIT KARTE IM HOTEL ZU BEZAHLEN  
EIGENANREISE MIT AUTO / ZUG  
ANMELDESCHLUSS: 31.08.2026



INFO UND BUCHUNG

AB - TRAINING FÜR KÖRPER UND GEIST  
+49 163 7105 205  
ANGIESREISEN@GMX.DE



WWW.ANGIESREISEN.COM  
@ANGIESREISEN  
RÜCKENFIT AUF REISEN