



ASIA BALANCING Retreat



ASIA BALANCING

Entdecken Sie mit uns die asiatischen Kampfkünste wie Tai Chi und Qigong. Diese fördern die Gesundheit, den Körper und den Geist und sind für Menschen jeden Alters zugänglich. Mit einfachen Qigong-Übungen lernen die Teilnehmenden, den Anforderungen des Berufsalltags gerecht zu werden und ihr mentales Arbeitsgedächtnis zu entleeren, ausgeglichener zu werden und besser mit Stress umzugehen.

Ihre Pauschale in Leistungen:

- 3 Übernachtungen in der gewünschten Zimmerkategorie
- 1 bis 3 asiatische Kampfkunst-Einheiten pro Tag
- Akupressur-Workshop (optional)
- Zugang zur 3'700 m² grossen Wellness-Oase
- ERMITAGE Kulinarik (Frühstücksbuffet, mittags Suppe und Salat, nachmittags «Chuechetisch», abends Dîner mit Auswahlmöglichkeiten)

Gültig ab 1. bis 4. Juni 2025.

Scan me!



zum Programm



Reservierungen via 033 748 04 30 oder
welcome@ermitage.ch.