



# Magie Moments



06. – 08. Dezember 2024

Ein Wochenende zum Entschleunigen, Entspannen und Energie tanken im Hotel Zentlinde im Odenwald

## Programm



**Fr.** 17:30 **Welcome**  
18:00 **Physical Balance** - ankommen & wohlfühlen (60 Min.)  
Abendessen

21:30 **Sweet Dreams** - alles für einen guten Schlaf (30 Min.)

**Sa.** 07:30 **Morgenmeditation** (30 Min.)

08:00 **Mobility Moves** - frisch und fit in den Tag (60 Min.)  
langes Genießer-Frühstück

11:00 **Winter-Wonderland** - Winterwanderung & mehr  
(ca. 120 Min.)

Mittagssnack - Wellnesszeit - Abendessen

20:00 **Candle Light Yoga** - laß' Dich überraschen (90 Min.)

**So.** 07:30 **Morgenmeditation** (30 Min.)

08:00 **Wake Up & Stretch** - sanfte Bewegung (30 Min.)

Genießer-Frühstück

10:00 **Detox & Shine** - loslassen und auftanken (90 Min.)

11:30 **Welcome 2025** - „Das wünsche ich mir...“ (30 Min.)

gemeinsamer „Goodbye“ Mittagssnack



Das Wochenende ist eine Mischung aus gesunder Bewegung, leichtem Fitness- & Cardiotraining, Yoga, Entspannung und ist für jedes Fitnesslevel geeignet.

### Seminar-Gebühr pro Pers.

Early Bird bis 6 Wo. vorher 149 €  
Buchung ab 6 Wo. vorher 169 €

### Anmeldung und Infos

Tel.: 0179 - 14 17 554  
www.purebalance.de  
info@purebalance.de



### Unterkunft und Verpflegung

#### Hotel Zentlinde

(2 Übernachtungen, inkl. Verpflegung gem. Ausschreibung und Spa-Benutzung)

EZ ab 288 €  
DZ ab 268 € pro Pers.

Hotel-Buchung.: 06062 – 26010  
www.zentlinde.de



## PURE BALANCE

**Anke Schleppy-Anders**

Gesunde Bewegung, Yoga und Entspannung

