

DETOX & AQUA ZUMBA mit Carmen Drebinger

26. - 30.03.2017

feel [®]
good!

Sprühende Vitalität. Ein starkes Selbstwertgefühl. Lebendigkeit und Dynamik.

Deutschlands Vitality-Coach Carmen Drebinger beehrt uns auch 2017 im STOCKresort und begeistert Sie mit Ihrem maßgeschneiderten Detox- & Zumba-Programm nach der speziell entwickelten Drebinger-Methode. Sie unterstützt Sie überraschend einfach dabei, den Körper von Schlacken und Giften zu befreien und ganz ohne Verbote, Kalorien-Zählen und Jo-Jo-Effekt abzunehmen.

Bei Zumba im Wasser, im stilvollen Energieraum und umgeben von der Naturkulisse der Tiroler Bergwelt aktivieren Sie Ihr Immunsystem, mobilisieren Ihre noch im Winterschlaf schlummernden Ressourcen und fühlen sich leistungsfähig und schön.



MONTAG, 27.03.2017

- 09:00 - 09:30 Uhr Aqua Zumba
 11:00 - 12:00 Uhr Vortrag „Drebinger Methode“
 Entschlüssele Deinen persönlichen Code zu Deinem Körper und du erhältst sofort mehr Vitalität und ganz einfach Deine Wohlfühlfigur!
 16:30 - 17:00 Uhr Aqua Zumba

DIENSTAG, 28.03.2017

- 09:00 - 09:15 Uhr Aqua Zumba
 16:30 - 17:15 Uhr Aqua Zumba außen
 18:00 - 19:30 Uhr Vortrag Teil 1
 80% macht die Ernährung und 20 % macht Ihr Lieblingssport aus, um Ihre Wohlfühlfigur ganz einfach zu erreichen! Hören Sie wieder auf Ihren Körper und erfahre was der Körper liebt und benötigt zu essen, damit er fit und schlank von ganz allein wird! Denn dann können Sie zu 100% mit der Ernährung Ihren Körper fit und schlank dauerhaft halten!

MITTWOCH, 29.03.2017

- 09:00 - 09:15 Uhr Aqua Zumba
 16:30 - 17:15 Uhr Aqua Zumba außen
 18:00 - 19:00 Uhr Vortrag Teil 2
 Alles in die Praxis umsetzen. Statt zu verzichten, exzessiv zu sporteln oder zu hungern, gilt es nur ein paar Ernährungsgewohnheiten umzustellen um eine gesunde und vitale Basis des Körpers zu erreichen und den Stoffwechsel wieder in Schwung zu bringen.

DONNERSTAG, 30.03.2017

- 08:30 - 09:00 Uhr Aqua Zumba
 10:00 - 11:00 Uhr Vortrag „Du bist was Du isst und ich sehe es Dir an!“
 Du kannst Anhand Deines Körpers und des Gesichts erkennen, wo Dein Gesundheitszustand, Deine Persönlichkeit und Dein Charakter steht.
 ANSCHLIESSEND Abschlussrunde



UNSER TOP ANGEBOT

4 Übernachtungen
 inklusive Wellness -
 Verwöhnpension, allen
 Stock Inklusivleistungen,
 den täglichen Zumba-
 einheiten und allen
 Vorträgen.

ab € 1.085,-
 DZ Penken
 (Preise pro Person und
 Aufenthalt)

(Pauschale in allen Kategorien buchbar,
 Programm- Preisänderungen vorbehalten.
 Leistungen nicht abwendbar oder bar
 auslösbar!)

STOCK resort
 Familie Stock
 6292 Finkenbergl 142
 Zillertal / A

t: +43 . 5285 . 6775
 f: dw 421
 e: urlaub@stock.at
 w: stock.at