

BLSV-Wellness-Wochenende

09. bis 11. November 2012

Ort: Best Western Hotel Sonnenhof in Lam / Bayerischer Wald

Wer: Frauen, die gerne Sport treiben

Inhalt:

- Theorie und Praxis – Die Last von Deinen Schultern nehmen...
- Bodybalance mit Erika
- Den Körper bewegen, während die Seele ausruht

Den genauen Programmablauf finden Sie auf Seite 2.

Leistungen:

- Frühstück nach freier Zeitverfügung
- Halbpension / Candlelight-Dinner / Spezialitätenbuffett
- Aktivleistungen – freie Nutzung des Cardio-Fitness-Raums, Tennisplätze, Squash- und Badmintoncourts
- Hotelbar mit Livemusik

Kosten: Doppelzimmer 198 € (Einzelzimmerzuschlag 10 € pro Nacht)

Sie erhalten rechtzeitig eine Zahlungsaufforderung sowie weitere genauere Infos (Anfahrtsplan) zugesendet. Die Kurtaxe ist enthalten.

Weitere Infos:

Erika Rathgeb, Bezirksfrauenvertreterin
Tel: 09431/6538
erika.rathgeb@blsv-oberpfalz.de

Anmeldung:

Über das BLSV-QualiNet oder schriftlich an
BLSV-Bezirksgeschäftsstelle
Dr.-Gessler-Str. 2
93051 Regensburg
Fax: 0941/29726-18
geschaeftsstelle@blsv-oberpfalz.de
www.blsv-oberpfalz.de

Anmeldeschluss: 15.10.2012

Die Last von Deinen Schultern nehmen...

Programmablauf

Freitag, 09.11.2012

18.00 Uhr:

Begrüßung in der Hotelbar, Ablauf des Wochenendes wird bekannt gegeben, Änderungen möglich

18.30 Uhr:

kleiner Umtrunk und Begrüßung mit der Hotelleitung

ab 19.00 Uhr:

Candlelight-Dinner

Candlelight-Schwimmen bis 23 Uhr möglich

Samstag, 10.11.2012

ab 08.00 Uhr

Frühstück (freie Zeiteinteilung)

11.00 Uhr:

... die Last von den Schultern nehmen ...

Praxis und Theorie mit Hildegard

17.00 Uhr:

Body Balance mit Erika

ab 19.00 Uhr:

Spezialitätenbuffet / Themenbuffet

Treffpunkt Hotelbar mit Livemusik

Sonntag, 11.11.2012

ab 08.00 Uhr:

Frühstück (freie Zeiteinteilung)

10.00 Uhr:

Treffpunkt Leseraum

Thema: Wie war das Wochenende

Leitung: Erika Rathgeb, BLSV-Bezirksfrauenvertreterin