

Schmerzfrei lernen auf der Sonneninsel

Wohnen in angenehmer Atmosphäre in kleinen typisch mallorquinischen Hotels mit gemütlichem Ambiente, sehr schöne Zimmer in perfekter Lage zur Praxis-Finca am Rand von Artà.



ARTÀ, eine hübsche kleine Stadt im Nordosten Mallorcas, empfängt Sie mit idyllischen Gassen und Plätzen.



Es gibt leckeres, gesundes landestypisches Essen, zum Teil von uns selbst zubereitet, optional Ausflüge, Besichtigungen, Aloe Vera Farm, Märkte, kulturelle Veranstaltungen - oder Sie lassen einfach an einem der ca. 10 Autominuten entfernten Strände die Seele baumeln.



Schmerzfrei-Paar-Retreat

Mit 5 Tagen à ca. 5 - 6 Std. Behandlungs- und Trainings-Programm inkl. Mittagessen, Getränken und Snacks. Rest der Woche ist Freizeit oder Zeit für individuelle Behandlungen (werden separat berechnet).

Ihre Investition:

€ 990 pro Paar als Frühbucher-Preis

€ 1090 pro Paar bei späterer Anmeldung.

Nicht enthalten sind Flug, Unterkunft, weitere Verpflegung. Reservierung nur nach Anzahlung. Gruppe max. 4-5 Paare. Nach Anmeldung erhalten Sie eine Hotelliste und alle weiteren Infos.

Fragen und Buchung:

02233-6272402, hpschmedes@yahoo.de oder in der Praxis für alternative Schmerztherapien, Luxemburger Str. 99, 50354 Hürth

schmerzfrei-in-koeln.de
wolfgangzapf.de

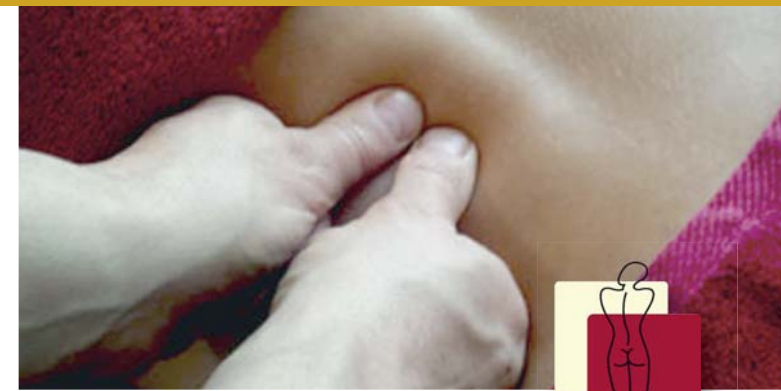


Diana Schmedes

Heilpraktikerin, alternative Schmerztherapien (Liebscher & Bracht), L&B-Ausbilderin seit 2009

Wolfgang Zapf

Coach, Traumatherapeut (Somatic Experiencing u.a.), Entspannungstherapeut



Mallorca-Schmerzfrei-Paar-Retreat

Drücken SIE SELBST die Schmerzen weg!

Lernen Sie in diesem **Schmerzfrei-Paar-Retreat**, wie Sie sich und Ihren Liebsten bei Schmerzen helfen können (Methode Liebscher & Bracht).

Für Paare, die sich gegenseitig Gutes tun und gleichzeitig ihre Beziehung pflegen wollen. Für Entspannung, Regeneration und Schmerzbefreiung.



Das Schmerzfrei- Programm nach Liebscher & Bracht zur Selbstanwendung

mit HP Diana Schmedes

Wollen Sie nicht länger hilflos zusehen, wie Ihre Liebsten unter starken Schmerzen leiden?
Wollen Sie sich selbst behandeln können, wenn das Gelenk schmerzt oder die Verspannung nervt?
Wollen Sie jung, beweglich und vital bleiben?

Das ist jetzt gut möglich: Erlernen Sie im Urlaubsretreat auf Mallorca hochwirksame Selbsthilfetechniken für ein schmerzfreies, entspanntes und harmonisches Leben.

In zahlreichen Übungen für unterschiedliche Beschwerden lernen Sie, sich, Ihren Partner und Ihre Familie zu behandeln. Sie trainieren hochwirksame Techniken unter fachlicher Betreuung. Genießen Sie Entspannung und Gesundheitspflege durch einfache, aber sehr wirksame Selbsthilfetechniken. Dabei pflegen und beleben Sie gleichzeitig auf angenehme Weise Ihre Beziehung.



Wie entstehen die meisten Schmerzen?

Nach dem neuen Schmerzverständnis ist Schmerz die positive Warnung des Körpers, um unseren Bewegungsapparat zu schützen. Lange bevor Gelenke, Bandscheiben und andere Strukturen geschädigt werden, erleben wir Schmerzen, die uns vor möglicher Schädigung warnen.

Abnutzung und Verschleiß entstehen, wenn verkürzte, verspannte Muskulatur die Gelenke oder Wirbel zueinander zieht und Druck und Reibung Schäden hervorrufen kann.

Sie erlernen und üben mit Ihrer Partnerin, Ihrem Partner wirksame Griffe bei Schmerzzuständen wie Migräne, Rückenschmerzen, Gelenkschmerzen verschiedenster Ursache, Unfallfolgen, Verspannungen aller Art u.v.m.

Lesen Sie mehr über die geniale Methode von Liebscher & Bracht im Internet:

schmerzfrei-in-koeln.de



Entspannung und Stressabbau

mit Wolfgang Zapf, Achtsamkeitstrainer,
Traumacoach (Somatic Experiencing u.a.)

Stress, Überbelastung, emotionaler Ballast und Gedankenspiralen können Ursache sein von schmerzhaften Verspannungen. Im Retreat erlernen Sie wirksame Entspannungstechniken. Diese Achtsamkeits-Übungen bewirken Stressabbau, Entladung von Verspannungen und die Revitalisierung und Reintegration verspannter Körperteile.

Der Körper reagiert unmittelbar auf Stress und Gedankenspiralen und - er vergisst nichts: Hinter vielen Schmerzen verbergen sich alte emotionale Wunden und Traumata.

Die Übungen fördern die Selbstregulation und Selbstheilung des gesamten Körper-Geist-Systems. Sie erleben intensiv harmonisierende Wirkungen. Sie kommen wieder mehr mit sich selbst in Verbindung, steigern Ihre Resilienz und fühlen sich frisch, jung und vital. Die Übungen können Sie zuhause - auch zusammen mit Ihrem Partner - weiterführen.

Mehr dazu: wolfgangzapf.de



**Sind Sie
dabei?
Wir freuen
uns auf Sie!**

Drücken SIE SELBST die Schmerzen weg!

Mallorca-Schmerzfrei-Paar-Retreat vom 15. bis 22. Juni 2019
mit Diana Schmedes und Wolfgang Zapf



Lernen Sie in diesem Schmerzfrei-Paar-Retreat auf Mallorca, wie Sie sich und Ihren Liebsten bei Schmerzen helfen können (Methode Liebscher & Bracht).

Für Paare, die sich gegenseitig Gutes tun und gleichzeitig ihre Beziehung pflegen wollen.

Für Entspannung, Regeneration und Schmerzbefreiung.

Anmeldung (bitte ankreuzen, bzw. ausfüllen - für Beratung/Fragen: 02233-6272402)

Hiermit melde ich uns verbindlich an zum "Schmerzfrei-Paar-Retreat Mallorca" vom 15. bis 22.06.2019 in Artà, Mallorca (Preis pro Paar: € 1090 / Frühbucher bis 20.04.19 nur € 990)

Vorname1:..... Vorname2:.....

Name1: Name2:.....

Straße: Straße:.....

PLZ/Ort: PLZ/Ort:.....

Telefon: Telefon:.....

E-Mail: E-Mail:.....

Mit dieser Anmeldung ist eine Anzahlung von 50 % erforderlich, die Sie bitte in bar bezahlen oder überweisen. Bitte buchen Sie Hotel und Flug erst, wenn Ihnen unser Bestätigungs-E-Mail vorliegt! Der Rest der Retreatgebühr ist 1 Woche vor Beginn zu bezahlen. Bankverbindung: Diana Schmedes, IBAN: DE20 3707 0024 03639 9370 0, BIC: DEUTDEBKOE

Mit Ihrer Unterschrift erkennen Sie folgende Teilnahmebedingungen an:

Nach Eingang dieser Anmeldung UND der Anzahlung von 50 % erhält das Teilnehmerpaar eine Anmeldebestätigung per E-Mail mit Hotelliste und weiteren Informationen. Bitte buchen Sie erst dann Flug und Unterkunft.

Sagt das Teilnehmerpaar die Teilnahme später als 21 Tage vor Beginn ab, werden 25 % der Retreatgebühr einbehalten. Bei Nichterscheinen oder Abbruch der Teilnahme wird die 50%ige Anzahlung einbehalten. Das gilt auch bei Erkrankungen oder Folgen von Unfällen, die nicht zur Rückerstattung der vollen Retreatgebühr berechtigen. Es ist in Ausnahmefällen möglich, dass Sie als Einzelperson teilnehmen, wenn Ihr Partner verhindert ist.

Sollte das Retreat nicht durchgeführt werden können, erhält das Teilnehmerpaar alle bereits geleisteten Retreatgebühren zurück. Weitere Ansprüche gegenüber dem Veranstalter sind ausgeschlossen.

Jeder Teilnehmer trägt durch seine freiwillige Teilnahme an dem Schmerzfrei-Paar-Retreat die volle Verantwortung für sich und seine Handlungen. Für eventuell verursachte Schäden kommt er selbst auf und stellt die Retreatveranstalter von allen Haftungsansprüchen frei.

Ja, ich habe die Datenschutzerklärung und die Informationen nach Art. 13, 14 DSGVO gelesen (siehe www.schmerzfrei-in-koeln.de/datenschutzerklaerung) und stimme diesen zu. Ich willige ein, dass Diana Schmedes zur Erbringung der von mir gebuchten Veranstaltungen meine personenbezogenen Daten entsprechend den Vorgaben in der Datenschutzerklärung verarbeitet. Mir ist bekannt, dass ich die Einwilligung jederzeit widerrufen kann. Durch den Widerruf der Einwilligung wird die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung nicht berührt.

Ja, ich abonniere den E-Mail-Newsletter von Diana Schmedes und bin mit der Speicherung meiner personenbezogenen Daten zu diesem Zweck einverstanden. Mir ist bekannt, dass ich die Einwilligung jederzeit widerrufen und die Löschung meiner Daten verlangen kann.

Ort/Datum.....Unterschrift.....

Anmeldung bitte senden an:

Praxis Diana Schmedes, Luxemburger Str. 99, 50354 Hürth, E-Mail: info@schmerzfrei-in-koeln.de, Fax: 02233-6284869