



FELDENKRAIS und URLAUB

ISCHIA 2

29.10. - 4.11.17

Die schönste, fast magische Bucht Ischias "Baia dei Maronti" bietet die Möglichkeit, außergewöhnliche sinnliche Erfahrungen während und außerhalb des Seminars zu machen. Die Feldenkrais-Lektionen, eingebettet in das Rauschen des Meeres, den sanften Hauch des Windes und der wärmenden Sonne an diesem paradiesähnlichen Ort, lassen uns den Kontakt mit uns, der Natur und anderen Menschen vielfältiger erleben. Durch achtsames Spüren und Selbsterforschen ist es möglich, eine Verbesserung des körperlichen, geistigen und seelischen Wohlbefindens zu erfahren, Ressourcen zu erweitern und mehr Beweglichkeit, Leichtigkeit und Lebensfreude zu entdecken. Entspannung, Träumen und Stille, Spaziergehen, Schwimmen, interessante Wanderungen, Inselausflüge, Baden in den heißen Quellen oder das Liegen in den zu Fuß erreichbaren Fumarolen und vieles mehr sind während des Kurses oder mit zusätzlichen Urlaubstagen möglich.

Kursinhalt: 7 Tage durchschnittlich ca. 3 Stunden Feldenkrais drin und draußen. Beginn am Sonntag, 29.10. um 10.00 Uhr, Ende am Samstag, 4.11. ca. 13.00 Uhr. Ich biete zusätzlich Meditation am Morgen, einen Film oder eine Lesung über Moshe Feldenkrais und Tanz am Abend je nach den Bedürfnissen der Gruppe an.

Wir wohnen und praktizieren direkt am Strand im fernab von Straßen gelegenen Hotel Vittorio www.hotelvittorio.com. Jedes Zimmer bietet herrlichen Meerblick, Ausblick nach Capri, Sorrent, in die Berge und in das malerische Fischerdorf St. Angelo. Das hoteleigene Schwimmbad, die natürliche Sauna und die 40 Grad heiße Thermalgrotte sowie das Wellness-Angebot lassen kaum noch Wünsche offen. Die Zimmer sind klein, einfach und sauber. Das Essen ist mediterran, frisch und mit regionalen Zutaten liebevoll zubereitet. Es gibt täglich Fisch oder Fleisch und genügend Möglichkeiten auch vegetarisch zu genießen.

Die Buchung des Hotels erfolgt über mich, dann erhaltet ihr vergünstigte Preise (siehe unten). Näheres erfahrt ihr unter der oben angegebenen Webseite.

Derzeit: EZ = 63 €, DZ = 55 € jeweils p.P. mit Halbpension oder hoteleigene Ferienwohnungen steil bergauf über dem Hotel.

Die Anmeldung sollte bis spätestens 15.10.2016 auf Seite 2 mit Formular erfolgen: Ute.Philipp@feldenkrais-ute-philipp.de oder schriftlich an Ute Philipp, Hauptstr. 94 in 75196 Remchingen. Mit Überweisung der **Anzahlung der Kurskosten von 100 € (Gesamt: 400 € (336,13 € zzgl. 19% MwSt.))** ist der Platz reserviert und sobald die Mindestteilnehmerzahl erreicht ist, erhaltet ihr eine verbindliche Zusage. Danach sollte der Flug umgehend gebucht werden, da die Direkt-Flüge ab Frankfurt in den Herbstferien erfahrungsgemäß sehr früh ausgebucht sind!

Empfohlene gemeinsame Anreise am Samstag, 28. Oktober (ab Frankfurt 9.40 Uhr) und **Abreise** am Sonntag, 5. November (ab Neapel 13.55 Uhr) oder eigene An- und Abreise nach Belieben. Flug ab Frankfurt nach Neapel (Kosten ca. 200 €). Ab dort empfehle ich den Hotel-Transfer-Service für 41 € (ab 6 Personen) mit Taxi, Fähre und Gepäckabholservice bis zur Maronti Bucht. Dann ist es noch ein schöner Spaziergang von ca. 600m am Strand entlang zum Hotel. Gemeinsames Anreisen kann nach eigenverantwortlicher, abgesprochener Flugbuchung organisiert werden.

Ute Philipp Feldenkraislehrerin und Embodied Life™ Teacher www.feldenkrais-ute-philipp.de

Hauptstraße 94, 75196 Remchingen, Tel. 07232/734936 – Ute.Philipp@feldenkrais-ute-philipp.de

Bankverbindung: Ute Philipp - BBBank Karlsruhe - IBAN: DE93 6609 0800 0005 7603 64 - BIC: GENODE61BBB



Anmeldung zum Seminar Ischia 2

Feldenkrais und Urlaub vom 29.10 – 4.11.2017

Name: _____

Anschrift: _____

Telefon / E-Mail: _____

Ich habe die Anzahlung der Kursgebühr von 100 € am _____ überwiesen und überweise den Restbetrag von 300 € bis spätestens 1. September 2017.

Bankverbindung: Ute Philipp - BBBank Karlsruhe - IBAN: DE93 6609 0800 0005 7603 64 - BIC: GENODE61BBB

In diesem Preis enthalten ist die Teilnahme am Kurs mit einem Umfang von ca. 3 Stunden täglich an 7 Tagen.

Die Anreise sollte spätestens am 28.10. erfolgen.

Die Buchung der Unterkunft und Verpflegung im Hotel Vittorio www.hotelvittorio.com (info@hotelvittorio.com) erfolgt über die Veranstalterin.

Ich buche im Zeiraum vom _____

EZ mit Halbpension DZ mit Halbpension Ferienwohnung mit Halbpension

Bei Rücktritt vor Beginn der Veranstaltung entstehen mir keine Kosten, wenn eine Ersatzperson meine Verpflichtungen aus diesem Vertrag übernimmt und ich die Veranstalterin darüber schriftlich informiere. Bei Absage durch die Veranstalterin erhalte ich den bereits gezahlten Betrag zurück. Andere Forderungen sind ausgeschlossen. Ich empfehle den Abschluss einer privaten Reiserücktrittsversicherung.

Die Anreise erfolgt in eigener Verantwortung (Flug nach Neapel rechtzeitig buchen) am besten in Absprache mit mir und/oder anderen TeilnehmerInnen. Die Teilnahme am Kurs erfolgt auf eigene Gefahr und mit meiner Unterschrift entbinde ich die Veranstalterin von jeglicher Haftung. Ich bin für meine eigene Sicherheit verantwortlich.

Ich gestatte, dass meine e-mail-Adresse zwecks Koordinierung der Anreise an andere KursteilnehmerInnen weiter gegeben werden darf.

Ich erkenne alle Teilnahmebedingungen mit meiner Unterschrift an.

Ort/Datum: _____ **Unterschrift:** _____

Ute Philipp Feldenkraislehrerin und Embodied Life™ Teacher www.feldenkrais-ute-philipp.de
Hauptstraße 94, 75196 Remchingen, Tel. 07232/734936 – Ute.Philipp@feldenkrais-ute-philipp.de