



# Wohlfühlwochenende im Sauerland

## auf dem Bauernhof Stratmann in Schmallenberg- Kirchilpe

### 22. bis 24. März 2019

**Kosten: 184 €/ pro Erwachsener** (Mindestgästekzahl: 9)  
Kostenpauschale für Kinder: 16 €

## Unsere Wohlfühlleistungen:

zusätzliche Einheiten gg. Aufpreis möglich

**2 x Übernachtung & Bauernfrühstück / Empfangscocktail /**

**min. 5 Entspannungseinheiten à 45 Minuten**  
(Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training,  
Achtsamkeitstraining, Meditation, Atementspannung - im Mix) /

**1 Massage à ca. 20 Minuten /**

**1 geführte (Nordic-) Walking- Tour ca. 90 Minuten /**

**Kinderbetreuung während der Wohlfühlleistungen**  
(Spiele, Sport und Kuh, Pony & Co.)

**Ihr Kontakt zur Information und Anmeldung:**

**T.: 0176 . 944 25 800**

**[info@spektrum-vita.de](mailto:info@spektrum-vita.de)**

**[www.spektrum-vita.de](http://www.spektrum-vita.de) & [www.ferienbauernhof-stratmann.de](http://www.ferienbauernhof-stratmann.de)**