

# WELLNESS-KUR TOSKANA UND MALLORCA



## REGENERATION



Unvergleichliche Erlebnisse, die die Seele jubeln lassen. Sich selbst in paradiesischer Landschaft finden und zu innerer Stille kommen. Ein Erlebnis fürs Leben!

**PERFORM YOURSELF:** Die schönste Pracht der blühenden und wachsenden Natur inspiriert innerlich und äußerlich, uns zu reinigen, zu erneuern und aufzublühen. Warme Sulfurquellen nachts gemeinsam erleben. Mit Glühwürmchen unterm Sternenhimmel relaxen - sich heilen und regenerieren in warmen Quellen oder am paradiesischen Meeresstrand.

**RA FITNESS:** Einmaliges und vielfältiges Bewegungsprogramm für den gesunden Körper. Fitter, jünger, schlanker, vitaler mit fühlbarer Energieaufladung und Lebensfreude.

## HEALTH FOOD



Gesund schlank mit unserer Bio-Gourmetküche in traumhafter Landschaft. Wissen erwerben über Wildpflanzen und Bio-Ernährung mit antioxidanten Gemüsen und Heilpflanzen gegen freie Radikale. Fit mit frischen Cocktails für Entschlackung, Erneuerung und Aufbau des Körpers. Genießen: wilde Kräuter, Salate, Füchte, Pasta Viva, mediterrane Düfte und volle Gläser gefüllt mit erlesenen Weinen. Feiern und erleben Sie mit uns Bio-Gourmet-Feste unter südlichem Himmel.

## WELLNESS



Einführung in Reinigung und Entspannung des Körpers in & out. Mit **AQUA RELAX** voll und ganz loslassen: auf und unter warmem Wasser schweben, begleitet von Sphärenklängen, Wal- und Delphingesängen. Wir lernen die emotionale Balance zu erreichen und dadurch die Anfälligkeit und Schwächung des Körpers zu meistern. Losgelöst von Angst, Sorge, Ärger, Wut, Stress, finden wir emotionale Balance und die eigene Glückswelle. Lassen Sie sich verwöhnen in unserem Kleopatra-Bade-Erlebnis, mit wertvollen Mineralstoffen, Meeresalgen und zarten Düften, mit Entspannung und Energiemassagen.

## WELLNESS



## TOSKANA



## MALLORCA



## ENTSPANNUNG



SANFTE BRISEN VON BERG & MEER – ENTSPANNUNG IN & OUT  
Keine Poesie kann die weißen Sandstrände und das türkis-aquamarinblaue Meer, die Sonnenauf- & untergänge, den Duft der Zitronen- und Orangenbäume und die Natur wiedergeben. Wellness- und Verwöhntage genießen mit urägyptischen Heiltechniken unter Farbpyramiden am Meeresstrand. Mentale Entspannung: Life Art - unter Orangenbäumen innere Stille, inneres Wissen und Frieden finden. Aufschwingen zu positivem Denken und Erfolg im Leben.

## HEALTH ART

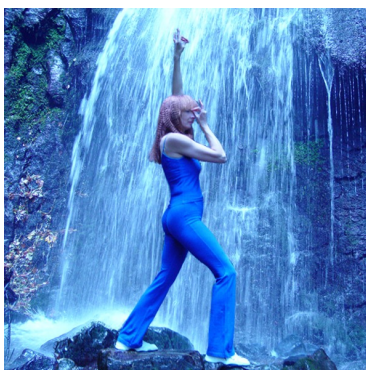


### AKUPRESSUR UND WELLNESS

Mit Edelstein-Akupressur spezielle Blockaden, gestaute Energie, Verspannungen lösen und Stress abbauen. Akupressur und Akupunktur ist eine Jahrtausend alte Methode, die schon unsere germanischen Vorfahren, Ägypter, Mayas, Inkas und andere alte Kulturen angewendet haben. Lassen Sie sich akupressieren und akupunktieren und lernen Sie Energiepunkte bei gesundheitlichen Problemen und geschwächten Funktionen der Körpersysteme und Organe

selbst zu akupressieren. Besserung ist sofort spürbar.

## FITNESS



RA Fitness Übungen ermöglichen auf einfachste Weise Energie, Gesundheit und Leistungsfähigkeit zu steigern und inneren Frieden und Harmonie zu erreichen. Energie mit EXTENTCHI durch die Energiebahnen fließen lassen. Mit CHI-Atmung die Körpersysteme und Organe stärken und vitalisieren. EXTENTCHI kann überall ausgeübt werden. Jeder kann es tun, ohne komplizierte Techniken.

PERFORM YOURSELF: Performance-Dance & Body Painting - ein einmaliges Erlebnis. Kraftvoll wie die Erde, lebendig wie das Wasser, beweglich wie der Wind, lichtvoll wie das Feuer. Mit Farbe, Klang, Bewegung selbst zu lebender Kunst werden. SIE SIND DABE!!

PREISE TOSKANA:

zzgl. Übernachtungen

PREISE MALLORCA:

zzgl. Übernachtungen

INFORMATIONEN erhalten Sie unter [info@ra-international.de](mailto:info@ra-international.de) oder tel. 07459/930447

© RA INTERNATIONAL