



## VITALTAGE am Segelboot in Kroatien

VITAL Tage am Segelboot sind der ideale Kurzurlaub zum Kraft tanken, Energiespeicher auffüllen, Action mit Bewegungen an Land, am Boot und im Wasser und ganz viel chillen. Die Anreise erfolgt am 27. August 2020 nachmittags. Wir starten die beiden Tage mit einem SMOVEY-WALK zum Strand. Dort angekommen lernen wir den Muskeltanz kennen, der uns Energie, Kraft und Freude für den Tag gibt. Wer möchte kann sich dann im glasklaren, türkisem Meer abkühlen. Je nach Wetter geht's mit dem Boot zum Segeln oder Buchteln.

Während der Fahrt unterhalten wir uns über Themen wie was kann ich für die Erhaltung meiner Gesundheit tun, was schützt mich vor "Energieräubern" uvm. Informieren. In der Bucht angekommen bieten wir Aquagymnastik, R.E.S.E.T. Kieferentspannung bzw. eine Aktivierung der Meridiane an. Die Abende stehen zur freien Verfügung.

Die Abreise erfolgt am Sonntag 30. August Vormittag. Die Teilnehmeranzahl ist auf 6 Personen beschränkt.

### Die "whole life balance" ist ein Segelboot Marke Bavaria 42

Unser Heimathafen ist in Punat auf der Insel Krk in Kroatien. Wir haben das Boot auf unsere Bedürfnisse adaptiert. Das heißt es ist Platz an Bord. Das Boot ist so groß, dass es angenehm im Wasser liegt, und daher wenig schaukelt, so können auch weniger "seefeste" Teilnehmer lernen und Spaß haben.

Gerne sind wir bei der Suche nach einer Unterkunft behilflich. Sie können aber auch die Annehmlichkeiten eines guten Hotels in Anspruch nehmen. Das Hotel Kanajt liegt nur ein paar Gehminuten von der Marina in Punat entfernt.

**BrainLP**<sup>®</sup>  
Akademie für  
Kinesiologie & Kommunikation  
[www.brainlp.at](http://www.brainlp.at)

### Wann:

27. – 30. August 2020

### Wo:

Punat, Insel Krk, Kroatien

### Ihre Investition:

550,- excl. An-Abreise,  
Verpflegung, Unterkunft

### Anmeldung:

[b.schusta@brainlp.at](mailto:b.schusta@brainlp.at)  
[www.brainlp.at](http://www.brainlp.at)

