



Denn der Raum des Geistes, dort wo er seine Flügel öffnen kann, das ist die Stille.

Antoine de Saint-Exupéry

***** Exklusivangebot für Hotelgäste *****

Genießen Sie Entspannungs- und Wohlfühlmomente für mehr Energie, Harmonie, innere Balance, Gelassenheit und Ausgeglichenheit

Lassen Sie sich während Ihres Aufenthaltes verwöhnen, nehmen Sie sich Zeit zum Erholen und Entspannen und wählen Sie aus meinem Angebot Ihr persönliches Wohlfühlerlebnis speziell für Sie als Hotelgast:

Entspannungs-/Anti-Stress-Massage

Wohltuende, rhythmische und langsame Bewegungen bauen Alltagsstress ab und geben Ihrer Seele Raum zum träumen. Die Anti-Stress-Massage (für Kopf, Hals, Nacken, Schulter, Rücken) ist ausschließlich für Erholungszwecke gedacht. Sie wirkt entspannend auf das Nervensystem und versetzt Ihren Körper in einen relaxten Zustand. Genießen Sie diese regenerierende Massage bei leiser Entspannungsmusik und herrlich duftenden Essenzen.

25 min. * 35,00 Euro

50 min. * 65,00 Euro

Tiefenentspannende Reiki-Behandlung

Reiki ist der japanische Name für universelle Lebensenergie. Reiki wird als Ganzkörperbehandlung durch Handauflegen angewendet und schenkt Ihnen neue Lebensenergie. Reiki wirkt ganzheitlich und ist sowohl auf der körperlichen als auch auf der seelisch-geistigen Ebene zu spüren. Reiki aktiviert Ihre Selbstheilungskräfte, unterstützt Ihre persönliche Entwicklung, ist stressabbauend, ausgleichend und energieaktivierend.

50 min. * 65,00 Euro

80 min. * 85,00 Euro (energetische Rücken- und/oder Entspannungsmassage und anschließende Reiki-Behandlung)

Für Geist & Sinne: „Loslass-Wohlfühlstein“ zum mitnehmen!

Ernährungsberatung inkl. mündliche Analyse des Essverhaltens mit Lösungsansätzen für Ernährungsumstellung und Gewichtsreduktion

75 min. * 90,00 Euro (inklusive Info-Handout „Allgemeine Lösungsansätze für Ernährungsumstellung“)



Mental Coaching

Als Mental Coach stehe ich Ihnen als Berater und Begleiter bei Krisen- und Entwicklungsthemen unterstützend zur Seite. Mentales Coaching bewirkt Motivation, effektives und kreatives Arbeiten, neues Engagement, Begeisterungsfähigkeit, Leichtigkeit, innere Harmonie, mehr Lebensfreude und Gesundheit. Lernen Sie mit Ihren Energien besser zu haushalten, Veränderungsprozesse ohne Ängste zu bewältigen, ihr ganzes Potential zu nutzen und neue Wege zu gehen.

60 min. * 70,00 Euro (inklusive schriftliche Anleitung für Mentalübung zum mitnehmen und ausprobieren!)

Personal Training: Individuell und auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmt

Wählen Sie aus den Bereichen Muskelaufbau- und sportrehabilitatives Training; Rumpfstabilisierendes Training; Rückentraining; Beweglichkeits-/Koordinations-/Gleichgewichts- und Körperwahrnehmungs-training; Figurstraffung für Frau; Herz-Kreislauftraining (auch Outdoor-Training); Tennisspezifisches Training; Entspannungstraining (Qi Gong, Autogenes Training, Licht-Atem-Meditation, Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson). SPEZIAL für Sie als Hotelgast:

PT-Einzeltraining: 60 min. * 70,00 Euro statt 85,00 Euro und 90 min. * 90,00 Euro
PT-Paartraining: 60 min. * 85,00 Euro statt 100,00 Euro und 90 min. * 105,00 Euro

Das Personal Training findet im Fitnessbereich der Sport Scheck Allwetteranlage (Eintritt für Hotelgäste frei) und die Massage- & Reiki-Behandlungen in der Physiotherapie-Praxis „Thera im Park“ statt, die auch in der Anlage gelegen ist und die Sie vom Hotel aus in 1 Min. zu Fuß erreichen können.

Ich würde mich sehr freuen, wenn ich Sie betreuen dürfte, um Sie während Ihres Aufenthalts mit Wohlfühlmomenten zu bereichern.

Bei Interesse vereinbaren Sie bitte direkt einen Termin bei Patricia di Noi mit dem Hinweis „Hotelgast von SportScheck“ unter der Mobil-Nr. 0172 / 855 1071.

Ich freue mich auf Ihren Anruf!

Ihre Patricia di Noi

Zertifiz. Personal Trainer (QGPT)
Lehrer für Fitness, Gesundheit und Sportrehabilitation
Mental Coach

Mobil: 0172 / 855 1071 * Email: info@dinoi.de * www: patriciadinoi.de

