

TERMINE 2020

NSP 1	15.-26. März (Basenfasten)
NSP 2	19.-30. April
NSP 3	10.-21. Mai
NSP 4	5.-16. Juli
NSP 5	2.-13. August (Familiennewstart)
NSP 6	20. September -1. Oktober (Japanisch)
Wanderwoche	12.-18. Oktober (mit Kurt Piesslinger)
NSP 7	25. Oktober - 5. November (Resilienz)
NSP 8	15. - 26. November

(Änderungen vorbehalten)

Beschränkte Teilnehmerzahl, bitte rasch anmelden!

KOSTEN Newstart® Programm

11 Tages- Programm	Zweier- belegung*		Einzel- belegung**	
DZ Standard	€ 790		€ 1.090	
DZ Komfort	€ 890		€ 1.190	

*der Ehepartner erhält einen Rabatt von 10%

**nur nach Verfügbarkeit



Zehn Tage "NEWSTART" am Gesundheitszentrum Mattersdorferhof in Kärnten:

Der Mattersdorferhof liegt wunderschön inmitten von Wald und Wiesen. Einer der schönsten und wärmsten Badeseen Österreichs ist in nur 20 Minuten zu Fuß erreichbar. Die Zimmer im Haus sind sehr schön und ruhig, das

Essen super lecker und gesund!!! Bewegung, frische Luft und ein sehr gutes Miteinander kommen dabei auch nicht zu kurz. Ich habe viele Infos und Anregungen bekommen. Das NEWSTART®-Programm ist eine sehr gute Möglichkeit, neu zu starten und mit alten, schlechten Gewohnheiten zu brechen (körperlich und mental)!

Ich bin dankbar für eine sehr gute Zeit und kann den "NEWSTART" nur empfehlen. Am besten von allem hat mir die lebendige Ausrichtung am Worte Gottes gefallen!

Ralph

Newstartgast

NEWSTART® MATTERSDORFERHOF

Country Life Gesundheitszentrum
Mattersdorferhof

Mattersdorf 10 | 9560 Feldkirchen/Kärnten
www.countrylife.at | office@countrylife.at
+43 (0)4277 23 37

MAN MUSS ES
erlebt
HABEN!

2020

NEWSTART® MATTERSDORFERHOF

GESUNDHEIT
erleben!




COUNTRY LIFE
GESUNDHEITZENTRUM
Mattersdorferhof

Was ist ein Newstart® Programm?

Das Newstart® Programm ist ein intensives, individuell abgestimmtes Trainingsprogramm zur Optimierung des Lebensstils.

So beschreiben unsere Gäste ihren Aufenthalt bei uns:

„Ein Stück **Himmel auf Erden.**“

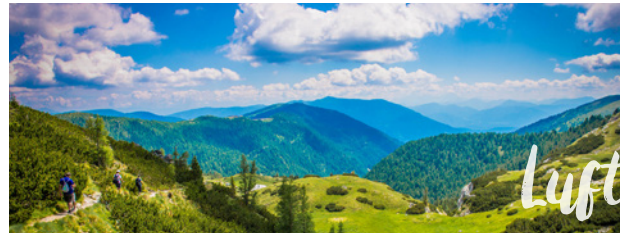
„**Persönliche, kompetente** Beratung & Betreuung.“

„Wir kamen matt und erholungsbedürftig hier an und gingen **erholt an Leib, Seele und Geist wieder zurück.**“

„In 11 Tagen ein **neuer Mensch.**“

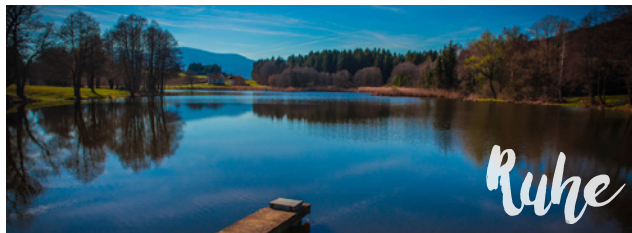
„Endlich normaler Blutdruck!“

„Man muss es **erlebt** haben, denn erklären kann man es nur schwer.“



Was beinhaltet das Programm?

- Berücksichtigung mitgebrachter Befunde
- Erstellung eines individuellen Tagesplans
- Persönlich abgestimmte Wasser- oder Holzkohleanwendungen sowie Teeempfehlungen
- Praktische Koch- und Backkurse
- Informative Gesundheitsvorträge
- Workshops über einfache, natürliche Heilmethoden
- Begleitung durch persönlichen Lifestylecoach
- Geistliches Programm, auf Wunsch seelsorgerliche Betreuung
- Erstellung eines Programms für zu Hause



Tagesablauf

- 6:30 Vortrag „Mentale Gesundheit“
- 7:00 Frühstück
- 8:00 Spaziergang
- 8:40 Gesundheitsvortrag
- 9:45 Gymnastik
- 10:45 Anwendungen
- 13:00 Mittagessen
- 14:00 Spaziergang
- 16:00 Kochkurs / Workshop
- 18:00 leichtes Abendessen
- 19:00 Tagesausklang „Gutes für die Seele“

(Änderungen vorbehalten)