

11. - 13. JUNI 2027
LANDHOTEL GOCKELWIRT
EISENBERG

Move + RESET

BEWEGUNG. ENERGIE. REGENERATION.



3 TAGE BEWEGUNG UND REGENERATION IM FLOW

- Sanfter Start in den Tag
- Abwechslungsreiche Sporteinheiten
- Zeit für Dich und viel Wellness
- Tiefer Ausklang am Abend

550,00 € PRO PERSON

INKL. ÜBERNACHTUNG IM DOPPELZIMMER,
FRÜHSTÜCK UND 10 BEWEGUNGSEINHEITEN

(MIT BUCHUNG SIND 200 EURO DIREKT
ANZUAHLEN, RESTZAHLUNG VOR ORT)

GRENZENLOS
Fitness • Yoga • Retreats

ANMELDUNG UNTER
INFO@GRENZENLOS-FITNESS.DE
0176 - 517 47 132

Move + RESET

BEWEGUNG. ENERGIE. REGENERATION.

WAS DICH GENAU ERWARTET:

3 Tage Bewegung & Regeneration im Flow – funktionelles Training, Pilates, Stretching und bewusste Erholung im Wechsel.

Sanfter Start in den Tag – Spaziergang in der Natur, Mobility und optional Meditation zum Ankommen im Körper.

Abwechslungsreiche Sporteinheiten – von Functional Training über Pilates und kräftigende Bodyweight-Einheiten ist alles dabei.

Zeit für Dich & Wellness – Erholung, Sauna, Ruhephasen und Nervensystem-Reset zwischen den Einheiten.

Tiefer Ausklang am Abend – Yin Yoga, Stretching und Entspannung für besseren Schlaf und echte Regeneration.

Und das Schönste: Alles kann. Nichts muss. Du entscheidest, was und wie viel Du machen möchtest!