

Vacaciones –  
Urlaub für den Kopf



# Herzlich Willkommen



*Villa Reich*

MALLORCA AKADEMIE

# Vacaciones – Urlaub für den Kopf

**31.10.2024 – 04.11.2024**

Vacaciones bedeutet im spanischen so viel wie Ferien oder Urlaub. Kombiniert mit der Atmosphäre und dem Klima der Insel Mallorcas, bietet Ihnen das Seminar die ideale Möglichkeit, entspannt Balance im Leben herzustellen .

Umdenken und Loslassen von alten Glaubenssätzen bzw. Zwängen, ermöglichen eine bessere Selbststeuerung und weniger Stressmomente durch Fremdeinflüsse.

Ergänzende Übungen für Körper, Geist und Seele sowie schöne Erlebnisse sorgen für entspannte Urlaubstage und geben Ihnen die nötige Gelassenheit und innere Ruhe für zu Hause.



*„Wenn Du auf den Mond zielst  
und triffst ihn nicht,  
landest Du immer noch bei  
den Sternen!“*

**31.10.2024 – 04.11.2024**

## Inhalte:

### Denkebenen

- Auswirkungen einer angespannten Lebens- und Arbeitssituationen
- Glaubenssätze und deren Einfluss auf die eigene Lebenseinstellung
- Strategie der kleinen Schritte – Methoden der Einflussnahme
- Stärkung der eigenen Widerstandsfähigkeit in Stresssituationen
- Rollenklarheit in der Kommunikation

### Bewegen

- Bewegte Entspannungsübungen
- Mentale Übungen in Form von Fantasiereisen
- Outdoor Variationen

## Beschreibung:

Sie wohnen im liebevoll, familiengeführten Hotel Amoros, welches sich durch einen guten Service und Ungestörtheit auszeichnet. Die Strände von Cala Rajada sowie der gemütliche Hafen, mit den vielen kleinen Restaurants, sind fußläufig leicht zu erreichen.



[www.hotelamoros.com](http://www.hotelamoros.com)

Carrer de ses Llegitimes, 37, 07590 Cala Rajada

Illes Balears, Spanien

Telefon: +43 971 56 35 50

E-Mail: [booking@hotelamoros.com](mailto:booking@hotelamoros.com)

# Vacaciones – Urlaub für den Kopf

**31.10.2024 – 04.11.2024**

## **1. Tag      Donnerstag, 31.10.2024**

Anreise – Transfer vom Flughafen zum Hotel  
Einführungen zum Seminar , Informationen zum Hotel und zur Umgebung  
Gemeinsames Abendessen

## **2. Tag      Freitag, 01.11.2024**

Gemeinsames Frühstück  
Seminar bis ca. 13:30 Uhr  
Menu del Dia - Mittagsimbiss  
Genusswanderung  
Abendessen individuell

Für Frühaufsteher Wanderung zum  
Sonnenaufgang am Leuchtturm



## **3. Tag      Samstag, 02.11.2024**

Gemeinsames Frühstück  
Besuch Markt Cala Rajada  
Seminar bis ca. 13:30 Uhr  
Menu del Dia - Mittagsimbiss  
Outdoor Entspannung  
Abendessen individuell



## **4. Tag      Sonntag, 03.11.2024**

Gemeinsames Frühstück  
Seminar bis ca. 13:30 Uhr  
Menu del Dia – Mittagsimbiss  
Outdoor Entspannung /  
oder gemeinsamer Ausflug  
Abendessen individuell

## **5. Tag      Montag, 04.11.2024**

Gemeinsames Frühstück  
Abreise – Transfer vom Hotel zum Flughafen



# Vacaciones – Urlaub für den Kopf

**31.10.2024 – 04.11.2024**

## **Seminarpreis:**

Im Preis sind die Seminarleistungen, die Übernachtungen inkl. Frühstück, Mittagsessen (ohne Getränke) und das erste gemeinsame Abendessen (ohne Getränke) sowie die Flughafentransfers enthalten.

795,00 € netto zuzgl. gesetzl. MwSt. 19 %  
946,05 € brutto / Person

Die Flüge werden nach Ihrer Seminaranmeldung in Abstimmung mit der Seminarorganisation gebucht und separat bezahlt. Ab Ankunft am Flughafen in Palma ist alles für Sie organisiert.



## **Anmeldung:**

Senden Sie das nachfolgende Anmeldeformular mit Ihren Kontaktdaten an die E-Mail Adresse: **vm@villa-reich.de** oder an die **Fax Nummer 03546 / 93 46 99**.

Danach werden wir uns mit Ihnen in Verbindung setzen und die konkrete Reiseplanung bzw. die Flugbuchung besprechen.

Das Seminar findet bei einer Anmeldung ab mindestens 4 Personen und mit max. 10 Personen statt. Die Programmbeschreibung ist unter Vorbehalt da Änderungen wetterbedingt oder aus organisatorischen Gründen möglich sind.

