

für Dich – mit Dir

GESUND BEWUSST MIT MIR

mit
Sylvia & Birgit

Edelweisschütte
Brambrüesch, ob. Chur



*Sonntag 13.07. –
Donnerstag 17.07.2025*



*Zeit,
ganz mit Dir zu sein*

Tanz Bewegung Sein

- Deine Mitte spüren & deine Bewegungsmöglichkeiten erkunden in Orientalischen Tanz-Grundbewegungen, Kreistanz und freiem Tanz.
- Vertieftes Wahrnehmen deines Seins mit Körperübungen und Körpermeditationen.
- Gast-Impuls zu Spiraldynamik von Daniel Gutzler, Edelweisschütte.

Sylvia Seifert

Tanzpädagogin
Erwachsenenbildnerin FA

www.sylviatanz.ch



Ganz Bewusst Sein

- Impulse, Übungen, Austausch zu Methoden für Gesundheit, Persönlichkeit und Business um Herausforderungen des Lebens gestärkt zu begegnen.
- BewusstSein und BewusstMachen in der Natur, um's Feuer, beim Binden von Räucherwerk.

Birgit Koschier

Fachspezialistin & Dozentin
Gesundheitsmanagement

www.birgitkoschier.com



Wann: *Sonntag 13. Juli 2025, 14:00 Uhr – Donnerstag 17. Juli 2025, 14:00 Uhr*

Wo: Edelweisschütte, CH-7074 Malix www.edelweisschuetten.ch

Für: alle Frauen mit Neugierde. Keine Erfahrung in Tanz, Körper-, Persönlichkeitsarbeit erforderlich. Möglichkeit zur Übernachtung ohne Kursbesuch für Partner:innen/Freund:innen.

Kosten: zwischen CHF ~1'800 und CHF ~1'500 pro Person, abhängig von Anzahl Teilnehmerinnen (mind. 6) und Zimmergrösse (EZ 100cm-Bett | EZ 140cm-Bett | DZ Einzelnutzung | DZ Doppelnutzung).

Sonstiges: Unterkunft inkl. vegetarischer Verpflegung (Frühstück, Mittags-Snack, Abendessen). Therapie: Behandlung bei Daniel Gutzler möglich. Anfrage Kosten & Buchung: vor Ort.

Info & Anmeldung: sylvia.seifert@sunrise.ch oder info@birgitkoschier.com