Trampolinkurse

„Tu deinem Körper etwas Gutes, damit deine Seele Lust hat, darin zu wohnen!“ (Theresa v. Avila)

Lernen Sie das hochelastische Trampolin kennen. Das Schwingen wie auf Wolken macht Spass. Unter Schonung aller Gelenke werden gleichzeitig alle Muskeln aufgebaut und entspannt. Auf keine andere Art und Weise kann der Körper mit so geringem Aufwand so effizient und umfassend trainiert werden.

Da wir nach dem "Prinzip der subjektiven Unterforderung" (Gert von Kunhardt) arbeiten, gibt es keine obere Altersbegrenzung.

Kommt dann noch eine gesunde Ernährung dazu, erhält das Leben wirklich neuen Schwung.

Der Kurs richtet sich an Menschen, die sich regelmässig mehr bewegen und gesund ernähren möchten, um so trotz Zeitmangel fit zu bleiben.

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Kurskosten
Pro Person CHF 170.—
(inkl. Trampolinbenutzung)

Sie haben die Möglichkeit, vor Ort ein Trampolin zu kaufen und es gleich mit nach Hause zu nehmen.

Leitung
Dr. med. Elisabeth Maurer

Bei Fragen zu Ihrem Gesundheitszustand in Zusammenhang mit dem Trampolin wenden Sie sich bitte direkt an Frau Maurer:

Tel. 055 412 65 26 oder
E-Mail: eli.maurer@bluewin.ch

Programm
Das Wochenende beginnt am Freitagabend um 18.15 Uhr mit dem Abendessen und endet am Sonntagnachmittag um 15 Uhr.

Der Kurs beinhaltet tägliche Kurseinheiten. Die genauen Kurszeiten werden in der Gruppe abgemacht. Am Sonntag sind Sie zum Gottesdienst eingeladen.

Eine Verlängerung Ihres Aufenthalts ist selbstverständlich möglich.

Übernachtung im Hotel Artos

Preise in CHF pro Zimmer für zwei Nächte inkl. Vollpension mit Dreigang-Mittagessen, einfachem Abendessen, Quellwasser und Zimmer mit Dusche, Toilette und Balkon. Die Benützung der Wellnessoase SPArtos ist inbegriffen.

	Basispreis	Zusatztag
Einzelzimmer	354.—	177.—
Doppelzimmer	596.—	298.—

Anmeldetalon Trampolinkurse 2025
Bitte ausfüllen und einsenden an: Hotel Artos, Alpenstrasse 45, 3800 Interlaken oder schreiben Sie eine E-Mail mit Ihren Angaben an: mail@artos.ch

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung bis drei Wochen vor Kursbeginn.

O Fr, 25. bis So, 27. April 2025
O Fr, 28. bis So, 30. November 2025

Name Vorname

Strasse PLZ/Ort

Jahrgang Telefon

E-Mail

Übernachtung

O Einzelzimmer O Doppelzimmer zusammen mit:

Ich reise früher an, am: Ich verlängere bis am:

O Ich möchte den Annullierungschutz für 20.— CHF pro Person

Datum Unterschrift

Wir freuen uns, Sie im Hotel Artos begrüssen zu dürfen und wünschen Ihnen einen erholsamen Aufenthalt.

Hotel Artos
Alpenstrasse 45
3800 Interlaken
Tel. 033 828 88 77
mail@artos.ch
www.artos.ch

Zentrum Artos Interlaken
Gemeinsam erleben

Hotel Artos Interlaken · Pflege Artos Interlaken · Wohnen Artos Interlaken · Physio SPArtos Interlaken & Spiez

Hotel Artos
Interlaken

Trampolinkurse

„Tu deinem Körper etwas Gutes, damit deine Seele Lust hat, darin zu wohnen!“ (Theresa v. Avila)

25. bis 27. April 2025
28. bis 30. November 2025
mit Dr. med. Elisabeth Maurer