

# Detox Retreat mit Cantienica<sup>®</sup> & Augentraining



## Mallorca, Finca Son Sion

8. - 14. März 2020

Unvergleichliche Haltung,  
strahlende Augen  
und herrliches Körpergefühl von der Sonneninsel Mallorca mitnehmen,  
wo die erfolgreichen TCM Detoxwochen von Ursula Peer seit 2009 stattfinden.  
NEU mit der einzigartigen CANTIENICA<sup>®</sup>-Methode inklusive Augentraining!  
Keine Vorkenntnisse erforderlich.

### CANTIENICA



#### Bettina Kubli

CANTIENICA<sup>®</sup>-Master Teacher, Gründerin & Inhaberin von Bodyworx.ch

Seitdem Bettina Kubli die schmerzhaften Fehlstellungen ihres Körpers nach ihrer Eiskunstlaufkarriere mittels CANTIENICA<sup>®</sup> neu ausgerichtet hat, ist sie heute nicht nur schmerzfrei sondern eine von wenigen CANTIENICA<sup>®</sup> MASTER Teacher weltweit und nennt es ihre Leidenschaft anderen Menschen dieses Wissen zu vermitteln.

[www.bodyworx.ch](http://www.bodyworx.ch)

### TCM DETOX



#### Ursula Peer

TCM Ernährungsberaterin, Sportwissenschaftlerin, Autorin

hat eine erfolgreiche Detox Formel aus Elementen der Traditionell Chinesischen Medizin, des Basenfastens und aktueller Ernährungslehren gefunden, die satt und gesund macht.

Sie serviert seit 2009 biologische, mediterrane Fusionsküche, die sie liebevoll mit Superfoods verfeinert.

Eine Woche mit Ursula`s Küche ermöglicht viel von der gesunden Magie des Retreats für den Alltag am eigenen Herd mitzunehmen.

Mehr Infos: [www.detoxmallorca.com](http://www.detoxmallorca.com)



## UNSERE LEISTUNGEN:

- So-Sa, 6 Übernachtungen mit biologischer Detox Vollpension
- 10 Cantienica Sessions mit Anleitung zur Selbstanwendung, inklusive Augentrainings - Einheiten um besser zu sehen mit Bettina
- gemeinsames, warmes Frühstück nach TCM Richtlinien
- Suppe/Salat als Mittagessen (inkl. 1 Take away lunch = 1 ganzer Tag freie Zeiteinteilung)
- warmes, gemeinsames Abendessen
- ganztägig Detox Kräutertees & energisiertes Wasser
- 1 x Power of Detox Vortrag von Ursula
- Transfer vom und zum Flughafen Palma

## Preis:

€ 1.300	Seminarkosten inkl. vollbiologischer Verpflegung
€ 690	Finca Son Sion, Unterkunft im Doppelzimmer mit Bad en suite, inkl. Flughafen - Transfer
€ 300	Einzelzimmer Zuschlag

## Optional

- Je nach Wunsch können Zusatzbehandlungen gegen Bezahlung gebucht werden: Kosmetik, Fussreflexzonen, Ölmassagen etc.
- Ab 8 bis 12 Personen



## Mallorca & Finca Son Sion:

Mallorca ist eine wunderbar kraftvolle Insel mit starker Anziehungskraft, das kristallblaue Wasser, die traumhaften Strände, der herrliche Duft nach Rosmarin und Pinien im Sommer, der Orangen- und Mandelblüte im Frühling sind ein Genuss für alle Sinne.

Das Retreat findet auf Son Sion, einer exklusiven, neuen Seminarfinca mit riesigem mediterranem Garten, statt. Neben einem Yogaraum mit Holzboden und einigen Terrassen gibt es einen (unbeheizten) Pool und unzählige lauschige Ecken um sich zu erholen und den Frühling zu genießen.

Alle Zimmer sind als Doppelzimmer angelegt und verfügen über ein eigenes Bad en suite.

Die Finca liegt in Porreres und ist 20 Autominuten vom Meer entfernt.



## Transfer/Mietwagen/Finca:

Wenn Sie gerne unabhängig sind und die Strände und kleinen Orte der Insel besuchen möchten, empfehlen wir für die Woche einen Mietwagen zu buchen und eventuell mit jemandem zu teilen.

Es werden am Ankunfts- und Abreisetag 2 kostenlose Sammeltransfers vom bzw. zum Flughafen organisiert. Unser Retreat startet mit dem gemeinsamen Abendessen am Sonntag und endet mit dem Frühstück am Samstag. Am Anreisetag können ab ca. 16h die Zimmer bezogen werden. Die Übernachtungskosten werden auf der Finca nach der Anreise eingehoben.

## **Mehr zu Cantienica:**

### **Bewegung**

Mit der ganzheitlichen CANTIENICA®-Methode erreichen Sie schneller als mit jedem anderen Training sichtbare Resultate, spürbar mehr Kraft, mehr Beweglichkeit und Lebensenergie.

Achtsame Selbstwahrnehmung ist Teil dieses einzigartigen Trainings und verändert Fehlhaltungen nachhaltig, spürbar und sichtbar.

Nach einer Woche täglicher gemeinsamer Anwendung kehrt man mit unvergleichlicher Haltung, einem neuen Strahlen in den (besser sehenden) Augen und neuen Gewohnheiten zurück. Sie benötigen keinerlei Vorkenntnisse um teilzunehmen und Spaß an der neuen Methode zu haben.

### **Gründerin Benita Cantieni**

"Was, wenn du die Skoliose nicht hast, sondern machst?" Diesen Satz sprach 1993 ein Arzt zu Benita Cantieni. Und das traf sie wie ein Blitzschlag: Mein schiefer Körper ist kein unabänderliches Schicksal, ich kann ihn gerade machen! Diese Erkenntnis beflügelte sie zu ihrem eigenen Weg: die Logik des Meisterwerks Körper selbst zu entschlüsseln und eine Art Gebrauchsanweisung für Laien zu entwickeln.

Von Kind an durch Skoliose und deren anhaltend schmerzhaftes Folgeschäden geplagt, lebte Benita Cantieni eingesperrt im Gefängnis ihres Körpers, wie sie selbst es beschreibt. Auf ihr Talent als empirische Körperforscherin, Entwicklerin und Ausbilderin stieß sie mit Anfang 40 eher zufällig. Seitdem erforscht, erspürt, erprobt, hinterfragt und verfeinert sie die eigene Methode unablässig. Die neueste Einbindung ist das Augentraining um besser – und ohne Brille - zu sehen.

### **Augentraining**

Besser sehen auf CANTIENICA®-Art: gezielt und effizient. Verbesserung der Sehkraft und Verjüngung der gesamten Augen.

Die Augenmuskeln aktivieren und trainieren.

Die Augen bewusst entspannen und gleichzeitig beleben.

Und als Nebenwirkung: frisches Aussehen, weniger Falten.

**Kombinieren Sie gesunden Urlaub mit einer Menge Inspiration und Spass!  
Erholung auf Mallorca zur Zeit der Mandelblüte.**

**Anmeldeunterlagen ab sofort anfordern: [bettina@bodyworx.ch](mailto:bettina@bodyworx.ch)**

Noch Fragen?

Wir freuen uns Ihre Fragen zu beantworten:

Bettina Kubli	+41 765 06 06 30
Mag. Ursula Peer	+43 664 38 36 417

Wir würden uns sehr freuen, Sie auf Mallorca begrüßen und inspirieren und während dieser traumhaften Woche begleiten zu dürfen.

**Herzlichst,  
Bettina Kubli & Ursula Peer**