

Eifelauszeit 2025





Eifelauszeit für dich

Eifelauszeiten gibt es wie Sand am Meer. Sand und Meer haben wir auch im Programm. Seit diesem Jahr musst du aber nicht mehr per Schiff übersetzen, um dir eine Auszeit mit Qigong, Meditation und Klang in bereichernder Runde Gleichgesinnter zu gönnen.

Abschalten, den Alltagsstress abschütteln, entspannen und Kraft schöpfen, die Ruhe und Abgeschiedenheit genießen, ganz nah an der Natur sein, ohne auf gewohnten Komfort zu verzichten, das bietet unser Rückzugsort in der Nordeifel.

Mit dem Haus Hannah in Hellenthal haben wir ein wunderbares Domizil gefunden, das wir ganz für uns haben. Hier kannst du die Seele baumeln lassen und mit uns Qigong machen. Zwei großzügige Seminarräume und der kuschelige Innenhof unter freiem Himmel sind wie für uns gemacht.

Mit unterschiedlichen Programmen zusätzlich zum Qigong fällt es leicht, ganz bei sich anzukommen und die Auszeit für Körper, Geist und Seele zu genießen.

Was dich erwartet:

- Energie und Entspannung tanken mit Qigong
- Mit Meditationen den Geist zur Ruhe bringen
- Austausch mit Gleichgesinnten
- Leckere vegane Biokost (Vollverpflegung)
- Ein ganzes Haus steht uns zur Verfügung
- Themen wie Achtsamkeit, Selbstfürsorge und Frau-sein
- Ein wunderschöner Innenhof
- Die Natur der Nordeifel



Unterkunft und Verpflegung

Wir haben das gesamte Haus für uns. Die Einzelzimmer sind gemütlich und modern eingerichtet und jedes Zimmer verfügt über ein Bad. Für uns wird aus regionalen, veganen Zutaten aus biologischem Anbau frisch gekocht.

Kosten Übernachtung mit Vollpension: p. P. und Nacht im Einzelzimmer: € (wird separat vor Ort abgerechnet)

Kosten bei 2 Übernachtungen mit VP:

EZ 233 €/Person, im geteilten DZ VP 213 €/Person

Kosten bei 3 Übernachtungen mit VP:

EZ : 349,50 €/Person, DZ : 319,50 €/Person



Krankenkassenzuspruch

In den Klosterwochenenden ist ein zertifizierter Qigong-Kurs enthalten, der unter bestimmten Voraussetzungen von der gesetzlichen Krankenkasse bezuschusst wird als Gesundheitskurs zur Prävention. Frag bitte vorab bei deiner Krankenkasse an, ob und in welcher Höhe sie den Kurs bezuschusst.

Voraussetzungen sind zum Beispiel, dass es dir nicht möglich ist, einen wöchentlich stattfindenden Kurs regelmäßig zu besuchen.

Der Kurs ist gelistet unter der Kursnummer: KU-ST-1WDAJN



Termine 2025

27. - 29. Juni 2025 (Fr - So) “Frau sein”(in Kombination mit Taiko: japanisches Trommeln)
(250 € Kursgebühr)

11. - 13. Juli 2025 (Fr-So) Durchatmen mit Qigong und Achtsamkeit (240 € Kursgebühr)

21. - 24. August 2025 (Do-So) Selbstfürsorge für Frauen (300 € Kursgebühr)

Unterkunft und Vollpension:

Kosten bei 2 Übernachtungen mit VP (Fr-So):
EZ 233 €/Person, im geteilten DZ VP 213
€/Person

Kosten bei 3 Übernachtungen mit VP:
EZ : 349,50 €/Person, DZ : 319,50 €/Person

Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung werden separat vor Ort abgerechnet (Karte oder bar)

Weitere Informationen und die Links zur Buchung findest du unter:
<https://www.energieraum-hs.de/qigong-urlaub>