



Hypnobirthing

Geburtsvorbereitung auf Korfu

7.10. bis 14.10.2017

Nehmen Sie sich vor der Geburt noch eine Auszeit und kombinieren Sie Ihren Urlaub auf Korfu –der grünen Insel des Lichtes– mit der Geburtsvorbereitung! In einer wundervollen, natürlich-erhaltenen Bucht im Norden der griechischen Insel Korfu erwartet Sie und Ihre Familie eine Woche voller Entspannung, Freude und wertvoller Übungen und Techniken für die Geburt Ihres Kindes. Kinderbetreuung während der Kursstunden auf Anfrage möglich.

Einladung auf eine liebenswerte Reise griechischer Lebensfreude und Urlaubsseminar

- Lernen von Selbsthypnose-Techniken für eine sichere und natürliche Geburt
- 3 Atemtechniken für leichte Muttermund-Öffnung und Geburt ohne Pressen
- Paar-Übungen (Endorphin-Massage, Schulter-Anker, ...)
- Angstauflösung und Entspannungs-Techniken
- Incl. Übungsmaterial für zu Hause: mp3-Audios, Kurs-Skript & Texte

Lage:

Direkt am natürlichen Sandstrand im Nordwesten der Insel Korfu, grüne Insel des Lichtes
Die Bucht „Agios Georgis Pagi“ ist so ursprünglich und natürlich, dass Entspannen und Loslassen von ganz alleine gelingt. Es ist ein Platz, fernab des Massentourismus, keine Hotelburgen, glasklares Meer und Naturstrand direkt vor der Haustür, griechische Tradition unmittelbar erlebbar.



Hypnobirthing Urlaubsseminar auf Korfu



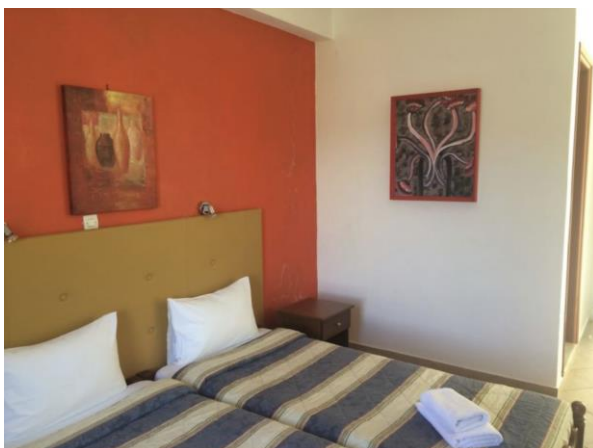
Details:

Datum: Samstag 7. Oktober bis Samstag 14. Oktober 2017

Anreise: * mit dem Flugzeug ca. 2 Flugstunden für ca. 200-300 € pro Person.
Shuttle: zur Bucht „Agios Georgios Pagi“ für 20 € pro Person möglich.
* mit dem Auto bis Venedig und mit der Fähre nach Griechenland.
Gerne sind wir bei weiteren Fragen behilflich.

Unterkunft: 7 x Übernachtung im Doppelzimmer im **Strandhotel „Vrachos“**
(Einzelzimmer für 100 € Aufpreis möglich)

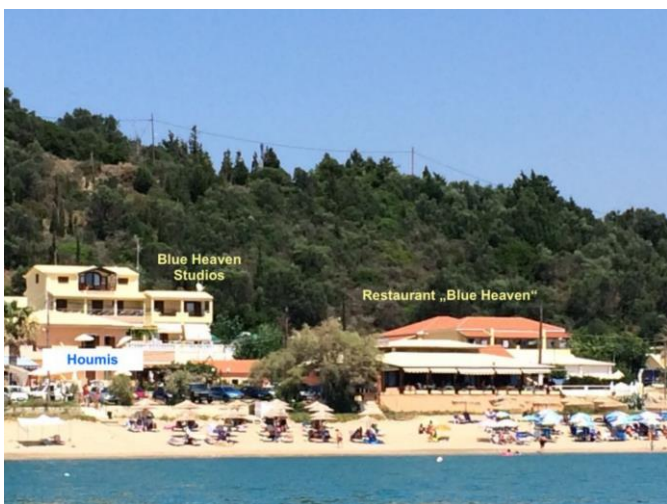
Ausstattung: Sehr ruhige Alleinlage am Ende der Bucht, unmittelbar am Sandstrand
Kühlschrank, Wasserkocher, Dusche/WC, Fön, Klimaanlage, TV, WLAN,
Balkon oder Terrasse, tägliche Zimmerreinigung.
Neu eingerichtete Lounge/Snack-Bar, große Außenterrasse mit
Meerblick und karibischem Flair lädt mit einem zuvorkommenden
Service zum Verweilen ein.



Hypnobirthing Urlaubsseminar auf Korfu



Verpflegung: 7 x reichhaltiges vegetarisches/veganes Frühstück in Buffetform im Strandrestaurant „Blue Heaven“
3 x Dinner in ausgewählten Tavernen/Restaurants mit Meerblick und/oder Sunset View (vegan möglich) am So., Mi. und Fr.
An den „freien Abenden“ finden Sie eine große Auswahl an traumhaft schön gelegenen Restaurants in der Bucht und angrenzendem Bergdorf.



Reiseleitung: Yogareisen Korfu & Deutscher Reiseveranstalter KTK aus Dortmund
Reiseleitung täglich vor Ort, Reisepreis Sicherungsschein

Seminarzeiten: 5 x 120 Min. Hypnobirthing am So., Mo., Mi., Do. und Fr.
(Dienstag zur freien Verfügung)

optional: Teilnahme an 3 x 60 Min. Yoga für Anfänger oder Yoga für Kenner

Hypnobirthing

Urlaubsseminar auf Korfu



Hypnobirthing

Kursinhalt:

- Erlernen von Selbsthypnose-Techniken
- Wellenatmung während der Muttermundöffnung
- Geburts-Atemtechnik (atmen statt forciertes Pressen)
- Kontakt zum Baby
- Endorphin-Massage (Glückshormone statt PDA)
- Angstauflösung
- Geburtsreise (Visualisierung der kompletten Geburt)
- Geburtsvideos
- großer theoretischer & praktischer Wissenschatz aus der eigenen Geburtserfahrung mit Hypnobirthing & jahrelanger Geburtsbegleitung

Highlight:

- Einzelhypnose mit Blitzhypnose-Technik zum Schulter-Anker setzen, zusammen mit dem Partner
- incl. Kurs-Skript mit den Übungen
- incl. mp3-Audio-Übungsmaterial
- incl. Weiterbetreuung nach dem Kurs bei Fragen



Preis:

590 € pro Person
incl. Übernachtung im Doppelzimmer im Strandhotel Vrachos
incl. Verpflegung wie angegeben
zzgl. Anreise (Flug oder Fähre)



Weitere Informationen und Anmeldung:

Stefanie Mathy

(zertifizierte Hypnotiseurin, ausgebildete Hypnobirthing-Trainerin, zertifiziert bis 2013)

Steiner Str. 10 • 91189 Nemsdorf bei Nürnberg

Tel. 0911 93996464 • Handy 0171 7312729

info@reine-geburt.de

www.reine-geburt.de