



Bintu Cham  
Gesundheitsmanagement

# Vital-Tage

## Bintu Cham



Dipl. Oecotrophologin - Gesundheitsmanagement

### Innere Balance wiederfinden!

Schenken Sie sich eine Auszeit in idyllischer Umgebung  
und genießen Sie es, Körper, Geist und Seele in ein  
harmonisches Gleichgewicht zu bringen.



Termine & Informationen unter: [www.bintu-cham.de](http://www.bintu-cham.de)

## Fit & Vital mit Bintu Cham

Genießen Sie einen Kurzurlaub in gemütlicher Atmosphäre. Lassen Sie den Alltag für einen Moment hinter sich und SEIN Sie einfach nur im Hier & Jetzt.

Bintu Cham, Diplom Oecotrophologin, begleitet Sie kompetent und mit viel Spaß auf Ihrem Weg zu mehr Achtsamkeit im Umgang mit sich selbst.

Der Austausch in der Gruppe mit Gleichgesinnten motiviert und macht Lust darauf, glücklich zu sein.

## Innere Balance wiederfinden

Die romantische Umgebung lädt zu ausgedehnten Wanderungen und Radtouren ein. Einmalige Landschafts- und Vegetationsformen bieten ein facettenreiches und spannendes Naturerlebnis. Ruhe, Weite und die Bewegung in frischer Luft helfen Ihnen, Ihre innere Balance wiederzugewinnen.

## Vital-Tage

Gesundheit, Vitalität und Lebensfreude sind der Ausdruck einer harmonischen und ausgeglichenen Lebensweise. Lernen Sie, wie Sie mit Hilfe von Meditation, basisch-vegetarischer Ernährung und einem moderaten Training Körper, Geist und Seele im Gleichgewicht halten.



**Termine & Informationen unter: [www.bintu-cham.de](http://www.bintu-cham.de)**

## Handverlesene Hotels und Mehrwerte

Die von mir gewählten Hotels bestechen durch ihre ausgezeichnete Lage, schöne Zimmer, exzellente Kulinarik, ein umfangreiches Sport- und Freizeitangebot sowie eine besonders große Zahl zufriedener und immer wiederkehrender Gäste.

Die Ausstattung der Zimmer ist hochwertig und in edlem Design. Ein ausgiebiger Wellness-Bereich oftmals mit Innenpool, diversen Saunen, Whirlpool (gegen Gebühr) und einem Fitnessraum, runden das schöne Ambiente der Hotels ab. Während der Vital-Tage können kostenpflichtige Zusatzangebote wie Massagen oder Ausflüge in die Region in Anspruch genommen werden.

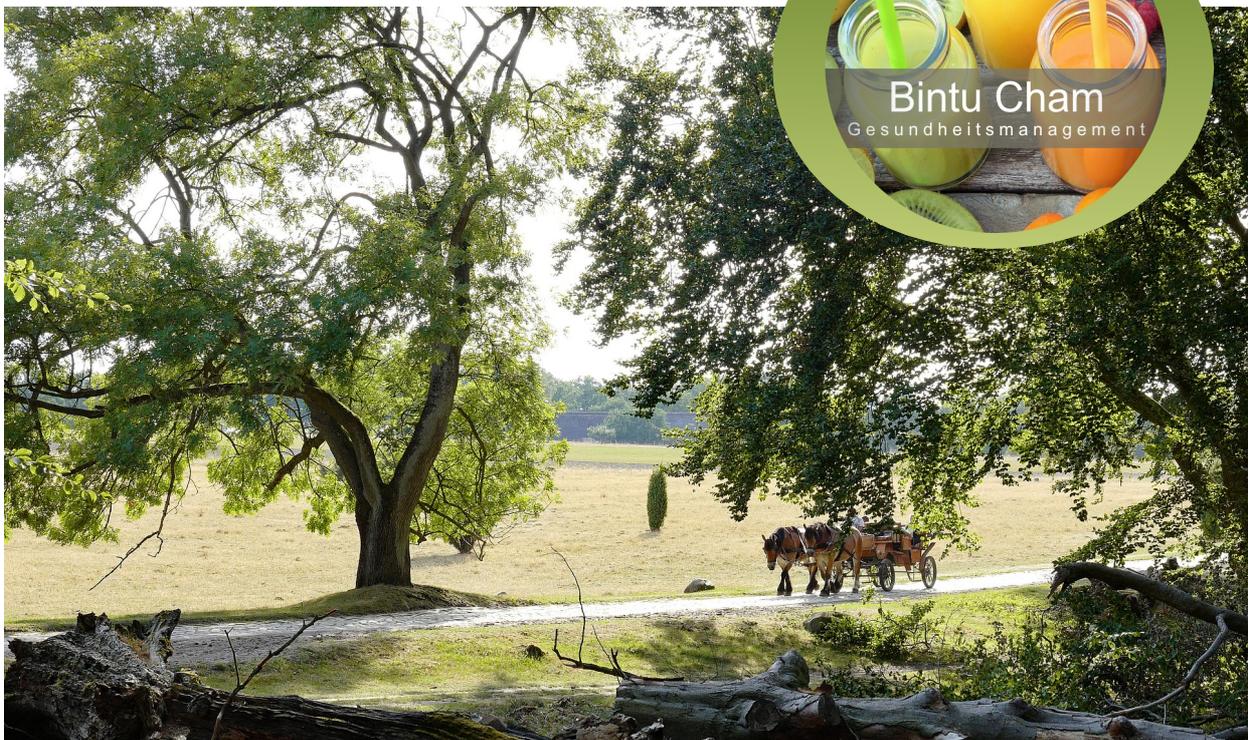
## Konditionen

- 2 Übernachtungen im Hotel, Unterbringung im Doppelzimmer
- Vollpension mit einer leckeren basischen Ernährung & Getränken (Wasser, Kräutertees, Apfelsaft)
- Meditation / Sport
- Gemütliche Wanderungen
- Saunanutzung
- Ernährungsvorträge

## Preise

Doppelzimmer zur Alleinnutzung ab 544,- €\*

\*Preise freibleibend / Drucktechnische Änderungen vorbehalten



**Termine & Informationen unter: [www.bintu-cham.de](http://www.bintu-cham.de)**



**Bintu Cham**  
Gesundheitsmanagement

Aktiv-Fasten, Vital-Tage,  
Ernährungs-Workshops  
u.v.m.

Im Bruch 19  
21220 Seevetal

Phone: 0176 - 419 535 52  
[info@bintu-cham.de](mailto:info@bintu-cham.de)

**Hinweis:**

Die ausgeschriebene Reise bzw. die Reiseleistungen werden von Bintu Cham nur vermittelt. Bintu Cham ist nicht Reiseveranstalter oder Leistungsträger.

Vertragsbeziehungen entstehen ausschließlich zwischen dem Reisenden und den beteiligten Leistungsträgern und Hotels. Bitte beachten Sie, dass die Reise nur bei Erreichen einer Teilnehmerzahl von mindestens 5 Personen durchgeführt wird.



**Termine & Informationen unter: [www.bintu-cham.de](http://www.bintu-cham.de)**