

Aktivferien bei Freunden



Mit dem 1. Rang bei der beliebten Fernsehserie «Mini Beiz- dini Beiz» hat sich unsere Küche national in die Schlagzeilen gebracht.

«Mottu»

Walliserdeutsch: **bewegen.**

Erholung und Spass für Ihr Gehirn und Ihren Körper

Unter diesem Motto laden wir Sie ein:

- Vier Tage Fitness für Ihr Gehirn, animiert durch die diplomierte Gedächtnistrainerin SVGT, Clara Bittel.
- Vier Tage Bewegung in einer wunderschönen Alpenwelt. Geführte und kommentierte kleine Wanderungen.
- Vier Tage Genuss von feiner Kulinarik mit ausgewählten Schweizer Produkten.
- Vier Tage Ruhe, Erholung und Spass unter Gleichgesinnten.

Auch schon einmal nachgedacht?

Wussten Sie, dass . . .

- nach aktuellen Gehirnforschungen unsere geistige Leistungsfähigkeit schon zwischen dem 25. und dem 30. Lebensjahr nachlässt?
- daher Gedächtnistraining in jedem Alter sinnvoll ist?
- die nachlassenden kognitiven Fähigkeiten in früheren Lebensjahren nicht deutlich bemerkt werden?
- gezielte körperliche Bewegung von nicht zu unterschätzender Wichtigkeit ist?
- ein angenehmes Umfeld den optimalen Erfolg begünstigt?

Sofort anmelden. Die Platzzahl ist beschränkt.

Zum sensationellen Preis von **Fr. 599.00** inklusive Benutzung des Wellnessangebotes. Getränke ausgenommen.

Für Kursteilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Hotelaufenthalt **Fr. 299.00**

Daten 2019
15.10.-18.10.
22.10.-25.10.

Daten 2020
17.3.-20.3.
24.3.-27.3.
31.3.-03.4.



Clara Bittel-Dalliard,
Gedächtnistrainerin



Ignace Bittel,
Wanderleiter



Philippe Zenhäusern,
Gastgeber und Koch



Walliserhof
★★★
SPORTHOTEL - UNTERBÄCH

Familie Zenhäusern
3944 Unterbäch
027 934 28 28
info@sporthotel-walliserhof.ch
www.sporthotel-walliserhof.ch

