

Aroma Retreats



Ätherische Öle mischen

mit Iris Müller-Hottinger

4.-7. MAI 2023 - PIEMONTE

Das Aroma Retreat richtet sich an alle, die Duftpflanzen in ihrer ursprünglichen Umgebung sehen und erleben wollen. Gleichzeitig wollen sie sich eine Auszeit vom Alltag gönnen.

An zwei Vormittagen starten wir den Tag mit Yoga. Nach dem Frühstück erfährst du viel Wissenswertes und Interessantes über die Welt der ätherischen Öle (aromatologische Basics). Sofort kannst du dein Wissen in die Praxis umsetzen und selber Naturkosmetikprodukte mischen.

Highlights:

- Yoga Übungen frühmorgens
- Theorieblöcke zu aromatischen Basics
- Mischen von naturkosmetischen Produkten mit ätherischen Ölen
- Besuch einer lokalen Destillerie. Wir erhalten einen Einblick in den Alltag einer Destillerie.
- In der Küche des Agriturismo erfährst du, wie sich die Duftpflanze in einem völlig anderen Kontext präsentiert
- Genügend Zeit für dich: erholen, spazieren, diskutieren oder ganz einfach in der Ruhe sein

Unterkunft: Im aussergewöhnlichen Ferien- und Seminarzentrum Punto verde in Ponti, herrlich ruhig auf einer Sonnenterrasse gelegen, mit einzigartigem Panoramablick über die sanften Hügel des Piemonts, wunderschön in einer malerischen Landschaft gelegen.

Details, Preise und Reservation:

<https://annetluethi.com/aroma-retreats/>

**ANNETTE
LÜTHI**
NACHHALTIGKEIT
MIT FREUDE



Aroma Retreats



Lavendel erleben
mit Angela Gleixner-Lück

8.-11. JUNI 2023 - PIEMONTE

Das Aroma Retreat richtet sich an alle, die Duftpflanzen in ihrer ursprünglichen Umgebung sehen und erleben wollen. Gleichzeitig wollen sie sich eine Auszeit vom Alltag gönnen.

An zwei Vormittagen starten wir den Tag mit Qi Gong. Nach dem Frühstück erfährst du viel Wissenswertes und Interessantes über die Welt der ätherischen Öle (aromatologische Basics).

Highlights:

- Qi Gong Übungen frühmorgens
- Theorieblöcke zu aromatischen Basics
- Besuch einer lokalen Destillerie. Wir erleben die Gewinnung der ätherischen Öle aus der Pflanze
- In der Küche des Agriturismo erfährst du, wie sich die Duftpflanze in einem völlig anderen Kontext präsentiert
- Genügend Zeit für dich: erholen, spazieren, diskutieren, schwimmen oder ganz einfach in der Ruhe sein

Unterkunft: Im aussergewöhnlichen Ferien- und Seminarzentrum Punto verde in Ponti, herrlich ruhig auf einer Sonnenterrasse gelegen, mit einzigartigem Panoramablick über die sanften Hügel des Piemonts, wunderschön in einer malerischen Landschaft gelegen.

Details, Preise und Reservation:
<https://annetluethi.com/aroma-retreats/>

