

**Ferienland Ostsee - Geltinger Bucht e.V.**

**Heinrich Nissen**

Nordstraße, 24395 Gelting

<https://www.ferienlandostsee.de>

[info@ferienlandostsee.de](mailto:info@ferienlandostsee.de)



## Viva Balance - Health Retreats



**Datum:**

Montag 17.02.2025 - Freitag 21.02.2025

**Adresse:**

24960 Glücksburg (Ostsee)

**Telefon:**

+49 (0) 4631 - 40770

**E-Mail:**

[info@gluecksburg-urlaub.de](mailto:info@gluecksburg-urlaub.de)

**Link:**

<https://www.gluecksburg-urlaub.de/aktivitaeten/vivabalance>

## **Beschreibung:**

# **Viva Balance Glücksburg**

Komm in unsere Welt der Entspannung, Aktivität und Achtsamkeit in Glücksburg. An der Flensburger Förde erwartet Dich ein vielseitiges Kursangebot, das Körper und Geist gleichermaßen anspricht. Egal, ob Du Dich für die belebende Erfahrung des Winterbadens interessierst, die beruhigende Natur beim Wandern und Laufen genießen möchtest oder Dein inneres "Beast" bei intensiven Workouts entfesseln willst. Vielleicht ist Dir auch danach, beim Qui Gong, Pilates oder der Seeglas-Meditation entspannt zu entschleunigen. Oder Du möchtest die Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung kennenlernen: von der optimalen Lebensmittelauswahl bis zu schonenden Zubereitungsmethoden.

Bei Viva Balance findest Du genau das richtige Erlebnis für Dich. Unsere Kurse verbinden Fitness, Entspannung und Naturerlebnis. Sie bieten Dir eine einzigartige Gelegenheit, Körper und Geist in Balance zu bringen.

Die Coaches betreuen Dich in kleinen Gruppen und schaffen so eine persönliche Atmosphäre. Die „Sportstudios“ befinden sich zumeist direkt in der Natur und bieten Dir durch die vielen Outdoor-Aktivitäten die bestmögliche Versorgung mit guten Aerosolen. Entdeck mit Viva Balance das perfekte Gleichgewicht zwischen Bewegung und Entspannung, unterstützt durch die frische Ostseeluft und das ganzheitliche Konzept unserer Coaches.

## **Veranstalter:**

Ein Projekt der GLC Glücksburg Consulting AG

## **Karte:**

<https://www.google.com/maps/search/?api=1&query=54.8383175,9.5625866>