



**Hotel und Bildungszentrum Matt**

IHR SEMINARHOTEL



**Entspannung und Wohlbefinden  
natürlich authentisch lebendig**



**FÜR KÖRPER GEIST UND SEELE**

**GÖNNEN SIE SICH DIE ZEIT**

um den Erholungsfaktor vom BZ Matt zu vertiefen  
um energetisch gestärkt wieder zu sich zu finden  
um aus dem stressreichen Alltag auszubrechen  
um die nötige Ruhe, Wertschätzung und Entspannung zu finden

## WAS WÜNSCHEN SIE SICH?

**Entspannung?**

**Einfach mal so richtig geniessen dürfen?**

**Stärkung und Vitalisierung Ihrer Lebensenergie?**

Sie finden Wohlbefinden, Entspannung und Stärkung bei einer Klangschalenmassage, Klangreise oder bei einer energetischen Behandlung. Elemente der klassischen Massage werden nach Wunsch und Körperbefinden eingebunden.

**Möchten Sie Bewegung und Meditation zusammen kombinieren?**

QiGong Übungen beruhigen den Geist, harmonisieren die Atmung, fördern und regulieren den Qi Fluss.

(Qi = Lebensenergie)

**Stehen Sie an einem Punkt im Leben und möchten Veränderung?**

**Befinden Sie sich in einer schwierigen Lebenssituation?**

**Möchten Sie Ihre Geschichte erzählen?**

Bei einem mentalen Coaching werden Sie wahrgenommen und mit viel Feingefühl durch Ihren Prozess begleitet.

**GANZ NACH IHREM BEDÜRFNIS, WERDEN DIE ANGEBOTE  
INDIVIDUELL FÜR SIE ZUSAMMENGESTELLT.**

## TUN SIE SICH ETWAS GUTES

**Folgende Angebote stehen Ihnen zur Verfügung**

- Klangmassagen
- Klangreisen
- Klassische Massagen
- Energetische Behandlungen
- Magnetfeld Therapie
- Meditationen
- QiGong
- Mentales Coaching
- The Work, Byron Kathie

## KONTAKT UND ANMELDUNG

**Brigitte Sommer**

Dipl. Mental Coach, QiGong Lehrerin & Klangpraktikerin  
freut sich Sie kennen zu lernen!

**Hotel und Bildungszentrum Matt**

Mattstrasse 19 CH-6103 Schwarzenberg

Phone+41 (0)41 499 70 99 Direct+41 (0)79 442 16 37

Web: [www.bzmatt.ch](http://www.bzmatt.ch) Email: [info@bzmatt.ch](mailto:info@bzmatt.ch)

**Termine nach Vereinbarung**