



ANFAHRT & KONTAKT

Besuchen Sie uns auf www.inseldersinne.de! Hier finden Sie unsere Zimmer-Preisübersicht sowie Angebote für einzigartige Momente zum Wohlfühlen.

Für Zimmer & Arrangements:

Tel.: +49 (0) 35822 - 5540

Mail: hotel@inseldersinne.de

Stand Mai 2019, Änderungen vorbehalten



INSEL DER SINNE

HOTEL • RESTAURANT • SPA

AUTOGENES TRAINING

Bewusst abschalten lernen

Die in diesem Kurs vermittelten Grundlagen und Formelsätze ermöglichen es Ihnen, sich selbst aktiv zu entspannen – Körper, Seele, Emotionen und Geist. Dies führt u.a. zu mehr Gelassenheit, verbesserter Körperwahrnehmung, einer Regulation von Muskel-, Kreislauf- und Nerventätigkeit und kann vorbeugend gegen Krankheiten wirken, die durch Stress verursacht werden.

Kompaktkurs 5 Tage (So – Fr):

- Mo – Do: je 3 Sitzungen täglich von ca. 1h
- So + Fr: je 1 Sitzung von ca. 1h
- 4 – 8 Teilnehmer

ab 240 € p. P. zzgl. Übernachtung

WEITERE ANGEBOTE

Bei uns gibt es viel zu entdecken!

- **Frühlings-Erwachen erleben** mit Leihfahrrad und Picknickkorb
- **Heiße Wintertage** mit privater Saunanutzung und Hot Pod auf dem Zimmerbalkon
- **Work & Chill**
Arbeiten an einem einzigartigen Arbeitsplatz
- **Es weihnachtet am See**
Ruhe und Besinnlichkeit auf der Insel
- **Entspanntes Silvester am See**
ohne Trubel und Feuerwerk
- Segelkurse für Anfänger
- Segelausflüge mit Skipper
- Verleih von Fahrrädern, SUPs, Kajaks, Jollen & Katamaran

Schauen Sie einfach auf unserer Homepage nach unseren Angeboten:

www.inseldersinne.de



Insel der Sinne

Am See 33
02827 Görlitz
Hotelroute D

NEU
IN GÖRLITZ
AM SEE



Nach dem **Ortseingang „Hagenwerder“** rechts abbiegen

TRÄUMEN • BEGEGNEN • ERLEBEN • GENIESSEN
BEWEGEN • LOSLASSEN

UNSERE ARRANGEMENTS

www.inseldersinne.de



AUSZEIT ZU ZWEIT

Gemeinsam genießen

Packageleistungen:

- 2 Übernachtungen für Zwei in einem Zimmer zur Seeseite
- 2 Zirbenkissen für besonders erholsamen Schlaf
- Frühstücksbuffet für Zwei an beiden Tagen
- 3 Gang Menü für Zwei am ersten Abend
- Nutzung unserer Sauna, Pool sowie unseres privaten Strandes
- 1 Wellnessbehandlung für Zwei, 30 min (bestehend aus: Algen-Rücken-Peeling und Hot Stone Erlebnis)
- 1 Flasche Sekt auf dem Zimmer

ab 610 € für 2 Personen

YOGA & DER WELTEN-KLANG

Harmonie und heilende Klänge

Mit liebevollen Yoga Einheiten können Sie ganzheitlich offline gehen, entspannen und die Natur hautnah erleben. Wir kreieren ein wohltuendes Wochenende und bringen Geist – Körper – Seele in Einklang.

Packageleistungen:

- 2 Übernachtungen
- 1x sanft und belebende Yoga Einheit, 75 Min.
- 1x Qi Gong begleitet durch live Klänge
- 1x der Welten-Klang, gehen Sie mit uns auf Reisen und lassen Sie heilende Klänge auf sich wirken 1,5 h inkl. 30 Minuten körperbelebende und meditative Yoga Einheiten
- 2x reichhaltiges Frühstücksbuffet
- freie Nutzung der Sauna, des privaten Strandes und Pools
- kostenfreies Parken und W-Lan

ab 267 € p.P.

WISE WOMAN CIRCLE

Von Frauen für Frauen

Weiblichkeit Entfachen / Austausch Erleben / Spiritualität Erfahren

Wise Women Workshop:

Meditations- und Atemübungen, Klangmeditation, Teezeremonie, Rituale und Frauenrunde 2,5 h

Im geschützten Raum/Rahmen des Wise Women Circle wenden wir uns gemeinsam unserem weiblichen Selbst zu und begeben uns auf Spurensuche. Wir wollen Erfahrungen austauschen, mit unserem Inneren in Kontakt kommen und altes Wissen neu erfahren. Körperliche Weiblichkeit, gebunden an Zyklen und Rhythmen, spirituelle Weiblichkeit erlebbar durch Meditation, Bewegung und Selbstversenkung.

Packageleistungen:

- 90 Min. Yin Yoga-Einheit
- 1 Qi-Gong Einheit, 75 Min.
- Wise Woman Workshop 2,5h

ab 168 € p.P. zzgl. Übernachtung

SOUL-ART RETREAT

Reise nach Innen

Eine wundervolle Reise in unser Herz und unsere Seele. Hier erwecken Sie Ihre Kreativität, tauchen ein in Ihre Herzenswünsche und erfahren, wer Sie wirklich sind. Hier können Sie zu intuitivem Handeln zurückkehren.

Soul-Workshop:

Kraftvolle Energien der Farben, intuitives Malen mit Wachsstiften, angeleiteter Meditation, Herzöffnenden-Bewegungen, Duft und Klang werden Sie leiten, Ihre Reise zu sich selbst zu stärken.

Packageleistungen:

- YoQi (Yoga & QiGong) 60 Min.
- Sound Healing 30 Min.
- Soul Workshop 3h
- Traumreise 30 Min.

ab 180 € p.P. zzgl. Übernachtung