

Auftanken • Entspannen • Frühlingserwachen

# Gesundheit genießen

18. bis 25. März 2023 in Pura, Südtessin



Wellness für Geist-Seele-Leib



Feine Buffets: Roh- & Vitalkost

**infovita**  
Damit es Menschen gut geht.

## Unser Hotel

Das Hotel Paladina im Südtessiner Bergdorf Pura liegt auf einer schönen **Sonnenterrasse mit herrlichem Ausblick über den Lago di Lugano**.

Das Hotel ist von biologischen Weinbergen umgeben und gilt als **Oase der Erholung** mit viel Charme.

**Idyllischer Hotelpark**, Sonnenterrasse, gute Erholung. Sehr freundliches Personal: [www.paladina.ch](http://www.paladina.ch)



## Dolce Vita



- Im Hotelpark **sein, lesen, plaudern und genießen**
- **Verträumte Tessinerdörfer** und Kirchen erkunden
- In der schönen Altstadt von Lugano **flanieren**
- Ticino-Ticket: **Gratis Bahn + Bus im Tessin**
- In wilden, bergigen Kastanienwäldern **wandern**
- **Baden** im hoteleigenen Outdoor-Whirlpool
- Botanische Gärten, Naturparks, Faulenzen am See

## Gesund genießen

- Morgens / mittags herrliche **Vitalkost-Buf-fets** mit vielen frischen Köstlichkeiten und Extra-Superfoods von Ingeborg & Michael
- Spezial in dieser Woche: **gratis Tafelwasser**
- **Auswahlmöglichkeiten** am Abend: leichtes Vegi-Menu, Salatteller oder Suppe
- Auf Wunsch Halbpension möglich



## Genusswoche all inklusive

Entschlacken **Vitalkost**

Auftanken

Fachvorträge

Küchenpraxis

Inklusive **Superfoods**

Geistliche Impulse

Trampolin

**Detox**

Rundum genießen



## Wellness • Bildung • Erholung

- **Geniessen, Entschlacken, sich Gutes tun**
- **Trampolin:** Spass & Bewegung für jedes Alter
- **Bildung:** Fachvorträge und Impulse von Michael und anderen Referenten
- Je 1x **Workshop & Küchenpraxis** mit Ingeborg
- Inklusive **Ticino-Ticket: Gratis** Bahn / Bus im Tessin
- **Wie es Ihnen gefällt** – alle Angebote freiwillig

## Kosten • Anreise

**Vollpension** pro Person & Nacht      Gemäss Preisliste 2023 vom Hotel  
Halbpension ist auf Wunsch gerne möglich.

**Vitalpackage all inklusive**      Einzelgast 195.–      Paare 299.–  
Hochwertige Superfoods zum Ausprobieren, 3–4 Fachvorträge mit Zugang zu digitalen Unterlagen, Küchenpraxis live, bis zu fünf Trampolinlektionen.

Individuelle Anreise. Abholung (Bahnhof Magliaso) nach Absprache möglich.

## Jetzt anmelden

Teilnehmerzahl beschränkt

Telefon

+41 91 611 20 00

Homepage Hotel

[www.paladina.ch](http://www.paladina.ch)

**Informationen, Bilder,  
Details & Videos**

[www.infovita.ch/pura](http://www.infovita.ch/pura)



## Wir freuen uns auf Sie

Ingeborg & Michael Burger-Günter: Gesamtleitung  
Fachvorträge, Workshop, live Küchenpraxis, Impulse

Sandra Weiss (Trampolin), Andrea Dähler (Mas-  
sage) und weitere Referenten nach Ansage

Simon Lüthi und Hotel-Crew

  
**PALADINA**  
SCHÖNSTE FERIEEN IM TESSIN

**infovita**  
Damit es Menschen gut geht.