

*Für Gastgeber,
die ihren Gästen einen Moment
schenken möchten, den sie nicht so
schnell vergessen ...*



Zwei außergewöhnliche Erlebnisse für einen besonderen Ort

FLOATING MEDITATION

Ihre Gäste treiben schwerelos auf Luftbetten auf dem Wasser und erreichen mit einer geführten Meditation und sanften Atemübungen tiefe Entspannung.



BREATHWORK SESSION

Keine klassische Entspannung, sondern eine kraftvolle Selbsterfahrung: Mit bewusst intensiver Atmung und Atempausen erleben Ihre Gäste eine außergewöhnliche Reise zu sich selbst – intensiv, überraschend und unvergesslich.

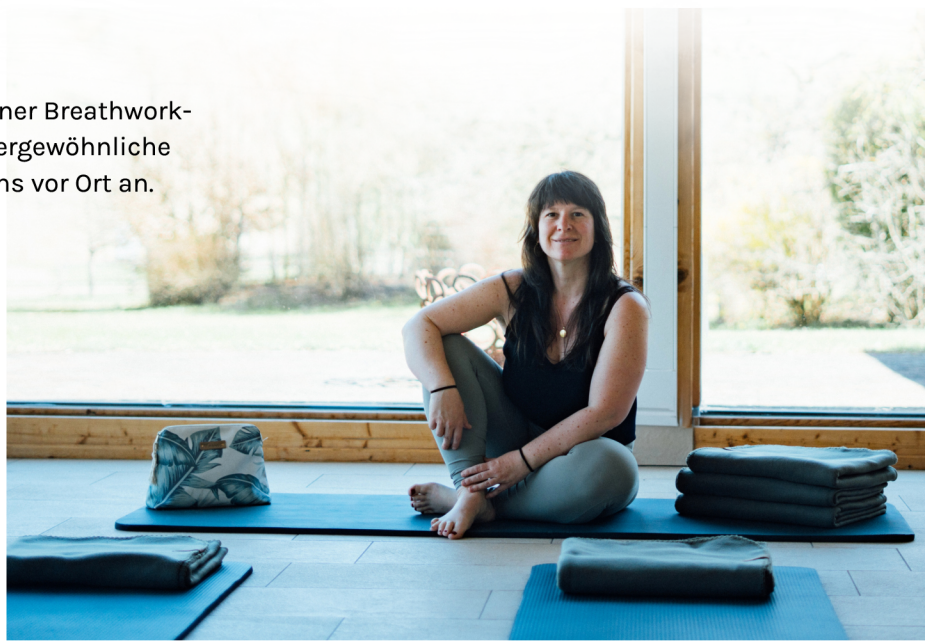


Diese Erlebnisse können Sie Ihren Gästen nun einfach ermöglichen

Hallo, ich bin die Michi. Ich bin eine Kärntner Breathwork-Trainerin und biete diese und andere außergewöhnliche Erlebnisse für Hotels und Retreat-Locations vor Ort an.

Für Sie bedeutet das:

- ✓ Keine Organisation notwendig
- ✓ Alles Material inklusive
(von den Matten über die Technik
bisher zu Werbematerialien)
- ✓ Ideal als exklusives Gäste-Highlight
- ✓ Unkompliziert buchbar



*„Ich hätte gefühlt ewig in diesem Zustand
bleiben können.“*

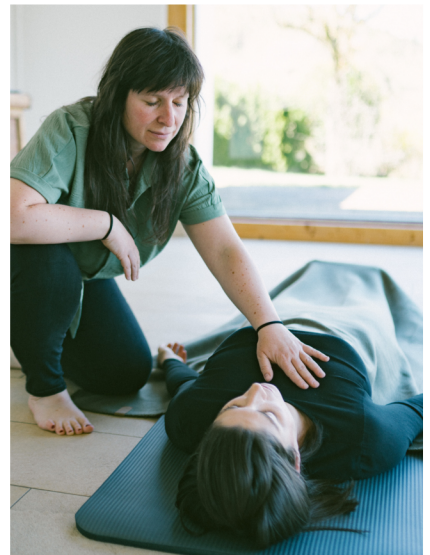
Eine Teilnehmerin über die Atempause

*„So intensiv habe ich meinen Körper noch nie erlebt.
Es war eine unglaublich schöne Erfahrung.“*

So erlebte ein Gast seine erste Breathworksession

*„Mah, herrlich. Ich hab' Raum und Zeit
komplett losgelassen.“*

Feedback zur Floating Meditation



Warum ich Ihnen schreibe

Meine Leidenschaft ist es, Erlebnisse zu schaffen, die Menschen näher zu sich selbst bringen. Dafür suche ich bewusst tolle Orte und Gastgeber, die ihren Gästen über das klassische Angebot hinaus außergewöhnliche Momente ermöglichen möchten. Für mich sind Sie so ein besonderer Gastgeber :)

Ich würde mich freuen, wenn wir bei Interesse über Ihre individuellen Anforderungen und Fragen plaudern - ganz unverbindlich natürlich. Sie erreichen mich am Besten unter 0699/133 85 139.

Herzliche Grüße, Michi Schmalzl

FLOATING MEDITATION

Ein außergewöhnliches Entspannungserlebnis auf dem Wasser.

Ausgestattet mit einer komfortablen Floating-Matte treiben eure Gäste schwerelos auf dem Pool. Sanfte Atemübungen, eine geführte Meditation und stimmungsvolle Musik über Kopfhörer laden dazu ein, den Alltag loszulassen, zur Ruhe zu kommen und ganz im Moment zu sein.

Die Floating Meditation verbindet die beruhigende Wirkung des Wassers mit Achtsamkeit und Atmung zu einem besonderen Urlaubsmoment – leicht, entschlendern und lange nachwirkend.

Alles inklusive

Ich bringe alles mit, was für ein stimmiges Erlebnis benötigt wird: hochwertige Luftmatratzen, Kopfhörer, Decken sowie – auf Wunsch – Augenbinden.

Nach der Meditation sind Ihre Gäste zu einem kleinen Erfrischungsgetränk (hausgemachter Hollersaft) eingeladen, um den Moment in Ruhe ausklingen zu lassen.

Auf einen Blick

- Dauert ca. 60 Minuten
- Teilnehmerzahl 3 - 9 Personen, ab 16 Jahren
- für Indoor und Outdoor-Pools geeignet
- Als Inklusiv-Leistung oder zubuchbare Gästeaktivität einsetzbar. Gerne nenne ich euch übliche Richtwerte zur Weiterverrechnung
- Besonders gut kombinierbar mit
 - Gesundheits- und Wohlfühlpaketen
 - Ladies und Romantik-Weekends
 - Sommer-Angebote uvm.



BREATHWORK SESSION

Keine klassische Entspannung, sondern eine kraftvolle Selbsterfahrung.

Durch bewusst intensive Atmung in Abwechslung mit Atempausen entstehen außergewöhnliche Bewusstseinszustände: es können intensive Körperempfindungen, emotionale Prozesse, tiefe Klarheit oder Gefühle von Weite, Verbundenheit und Präsenz entstehen.

Die Breathwork Gruppensession eröffnet einen sicheren Raum, um tiefer mit dem eigenen Körper und der eigenen Wahrnehmung in Verbindung zu kommen. Durch die intensive Arbeit mit dem Atem können Spannungen gelöst, Emotionen bewegt und neue Ebenen des Erlebens zugänglich werden. Jede Session ist einzigartig und hinterlässt oft einen nachhaltigen Eindruck bei den TeilnehmerInnen.

Alles inklusive

Ich bringe alles mit, was für eine stimmige Erfahrung benötigt wird: komfortable Matten, Decken, Augenbinden und ein professionell aufgesetztes Musik-Setup.

Nach der Session bleibt ausreichend Zeit zum Ankommen, Nachspüren und Reflektieren bei einer heißen Tasse Tee.

Auf einen Blick

- Dauert ca. 90 Minuten
- Teilnehmerzahl 3 - 12 Personen, ab 18 Jahren
- für Indoor und Outdoor (mit Kopfhörer) geeignet
- Als Inklusiv-Leistung oder zubuchbare Gästeaktivität einsetzbar. Gerne nenne ich euch übliche Richtwerte zur Weiterverrechnung
- Besonders gut kombinierbar mit
 - Selbstfindungs- und Yoga-Retreats
 - Sport- und Aktiv-Urlaub
 - Gruppen-Events uvm.



Kontraindikation

Die angewandten Atemtechniken sind grundsätzlich für Anfänger geeignet, aber zu intensiv unter folgenden Umständen: Für Schwangere, frisch Operierte, Menschen mit Asthma, schweren Herz-Kreislauf-Erkrankungen, vorangegangenen Schlaganfällen, hohem inneren Augenruck, Epilepsie und schweren psychischen Erkrankungen. Im Zweifel ist die Teilnahme medizinisch abzuklären.