

Unterkunft – Ferienhotel

Übernachtung im DÜNENHOF-Ferienhotel in geräumigen Doppel- oder Einzelzimmern mit Frühstücksbuffet, Mittagessen und Abendbuffet.

Das gesamte Hotel ist barrierearm gestaltet und bietet Schwimmbad, Sauna¹, Kegelbahn¹ und Minigolfanlage sowie Parkplätze direkt am Haus. Jedes Zimmer verfügt über Du/WC, FlatTV (Sat) und Telefon.

¹ Angebote sind zum Teil mit zusätzlichen Kosten verbunden.



Gesamtpreise Seminar

Alle Preise pro Person und Veranstaltung.
Die Gesamtkosten setzen sich zusammen aus Seminarpreis² inkl. Verpflegung und den Unterkunftskosten³ (nach Wahl).



Seminarpreis ² inkl. VP	Frühbucher bis zum 15.07.	246 €
+ Unterkunft ³ (je nach Wahl)		
Ferienhotel im ½ Doppelzimmer ⁴		+ 207,50 €
Ferienhotel im Einzelzimmer		+ 257,50 €

² Rabatt für Schüler, Studenten und Arbeitslose von 50,- € auf den Seminarpreis bei Vorlage einer Bescheinigung bei Buchung.

³ alle Unterkunftspreise verstehen sich zzgl. gesetzlichem Gästebeitrag sowie Übernachtungssteuer der Stadt Cuxhaven.

⁴ d.h. »Halbe Doppelzimmer« Alleinreisende teilen sich das Zimmer mit einem gleichgeschlechtlichen Mitreisenden.

4.–9. Okt. 2020 (So.–Fr.)

Erleichtert leben

- Was kann uns zu einem befreiten Umgang mit „unseren“ Lasten führen?
- Wie können die Lasten, die wir erleben und Jesu leichte „Last“ zusammenfinden?
- Wir werden dem auf ganzheitliche Weise nachgehen

**JETZT
BUCHEN**

seminar.duenenhof.org
04723 7123-45

In den Dünen 2–4
27476 Cuxhaven
Tel. 04723 7123-45
tagungen@duenhof.org



4.–9. Okt. 2020 (So.–Fr.)



Erleichtert leben

Eine **Erholungs**Woche
mit Bettina & Bernd Seidler

© DÜNENHOF Cuxhaven - Stand 2020 - Irrtum und Änderungen vorbehalten - ** klimaneutraler Druck

4.–9. Okt. 2020 (So.–Fr.)
Erleichtert leben



Menschen laden uns gewollt oder ungewollt Lasten auf. Andere Lasten sind die Folge von eigenen Fehlentscheidungen oder Versäumnissen. Und für das Eine oder Andere an Last „kann niemand etwas“.

Auch Jesus spricht von Lasten; allerdings beschreibt er Seine Last als leicht. Wie können die Lasten, die wir erleben und das, was Jesus uns anbietet, zusammenfinden? Wir werden dem auf ganzheitliche Weise nachgehen: Geistliche Impulse, ein Angebot für das Kennenlernen eines systematischen Ganzkörpertrainings sowie Themen rund um Ernährung und zum befreiten Umgang mit Lebenslasten.

mit **Bettina & Bernd Seidler**,
Seelsorgerin, Pilates-Trainerin,
Lebe-leichter Abnehmcoach,
Pastor, Schmalfeld



»Jeder Mensch braucht Zeiten der Erholung und des Ausruhens. Nur wer zu Kräften kommt, kann seine Kraft einsetzen.«
Aus dem Konzept „Erholung für Körper und Seele“



Erholung an einem besonderen Ort

Die Nordseeküste – eine Landschaft im ständigen Wandel von Ebbe und Flut, Stille und Sturm, Sonne und Wolken. Eine Landschaft, in der man Gottes Schöpfung mit allen Sinnen erleben kann. Frische Luft atmen. Meerwasser spüren. Die Stille hören. Weitblick gewinnen. Einfach entspannen und loslassen, sich verwöhnen lassen.



Erholung für Körper und Seele

Erholung für Körper und Seele – die Verbindung zwischen ausruhen, gut schlafen, würzige Nordseeluft atmen und lebensnahen, geistlichen Impulsen. Diese Kombination hilft dabei, die Beziehung zu Gott zu vertiefen und der Seele Raum zum Auftanken zu geben.

Dazu passen die besonderen Möglichkeiten, die das Ferienhotel bietet, wie das Schwimmbad und die erstklassige Verpflegung. Die Urlaubswochen beginnen in der Regel sonntags mit dem Abendessen und enden am Freitag nach dem Mittagessen.

