

# Ganz schön berggesund

„Physiotherapie für zu Hause“ im Urlaub gemeinsam zu erlernen. Das ist für mich „Ganz schön berggesund“, Gabriele Kiesling



Gabriele Kiesling  
Die Physiotherapie-Expertin

Ich lade Sie heuer ein, „**Physiotherapie für zu Hause**“ mit mir im Urlaub in der herrlichen **Bergwelt Kärntens** kennenzulernen.

Was gibt es Schöneres, als unter blauem Himmel und vielleicht barfuß auf der Wiese mit dem Rauschen des Baches gesunde Übungen mit mir zu machen?

Für mich ist **St. Daniel im Gailtal** einer der Sehnsuchtsorte für Körperglück und Gesundheit. Hier werden wir gemeinsam eine wundervolle Woche verbringen. Sie werden von mir jede Menge Nützliches für Ihre „Physiotherapie für zu Hause“ lernen und bestenfalls auf Ihrem Handy mit meinen Kommentaren dazu nach Hause bringen.

Gemeinsam macht das Ganze noch viel mehr **in einer netten Gruppe** Spaß.

## Zeiten

11.05. - 17.05.2025 - **Termin buchen**

18.05. - 24.05.2025 - **Termin buchen**

22.06. - 28.06.2025 - **Termin buchen**

29.06. - 05.07.2025 - **Termin buchen**

24.08. - 30.08.2025 - **Termin buchen**

31.08. - 06.09.2025 - **Termin buchen**

**Wir treffen uns in Kärnten** und verbringen gemeinsam eine gute Zeit. Mitten in die weltweit 1. Slow Food Travel Region.

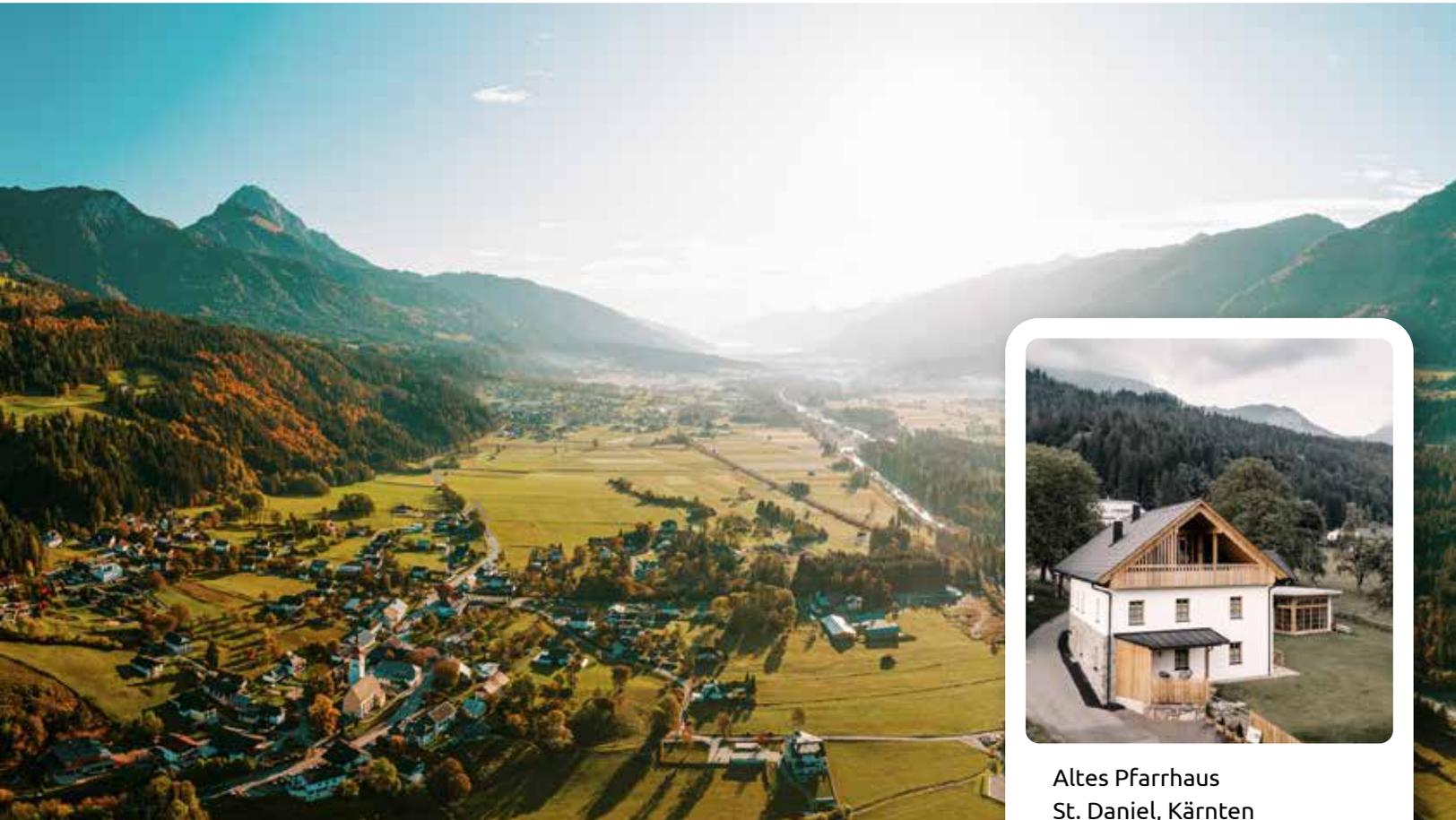
## Kosten

- Gesamtpaket mit Nächtigung **Grünwald** € 995,00
- Bei **eigener Nächtigungsoption** € 380,00 Kursteilnahme

Ich freue mich auf Ihre Anfrage

[www.gabriele-kiesling.at/berggesund](http://www.gabriele-kiesling.at/berggesund)

# Ganz schön berggesund



Altes Pfarrhaus  
St. Daniel, Kärnten

## Inhalt:

- Physiocheck - was fehlt mir, was kann ich dagegen tun?
- Gleich am Morgen: Fit-starten in der Gruppe mit speziellen Physio-Übungen aus meinen Medien

## Jeder Tag hat ein neues Thema:

1. Wie bleibt mein Rücken gesund?
2. Wie bleiben meine Knie gesund?
3. Wie bleibt mein Nacken gesund?
4. Was packe ich in meine Physiotherapie-Hausapotheke?
5. Slow-Jogging-mit einem Lächeln im Gesicht!

## Abendvorträge mit Wunsch-Themen

### Physioabschluss-Check

- Mein Kiesling- Übungs-Konzept für zu Hause (Video-Aufnahmen auf Wunsch)
- Physioabschluss-Check
- Freie Zeit
- Lektüre meiner Bücher

## Extra-Leistungen kostenpflichtig

- Spaziergang mit der Kräuterfrau
- Krendlkurs im Alten Pfarrhaus
- Besuch beim Edelgreissler
- Besuch bei der Biobäuerin
- Ausflug zum Lamprechtbauern mit Einkehr
- Myofasziale Behandlung nach Kiesling



## Gabriele Kiesling

10119 Berlin, Zionskirchstr.7

Tel: 00491729759409

[info@gabriele-kiesling.at](mailto:info@gabriele-kiesling.at)

[www.gabriele-kiesling.at/berggesund](http://www.gabriele-kiesling.at/berggesund)