

Auf(d)tank-Woche

11. – 18. Juli 2026

Villa MiraMonte / Piemont



Shiatsu Retreat mit **Mike Mandl & Wolfgang Löffler**



Zeit für Dich. Rückzug mit Sinn.

Im Paradies der Villa MiraMonte.

Du ...

... möchtest Dir eine Auszeit mit Mehrwert gönnen?

... möchtest einmal so richtig auf(t)anken?

... suchst Inspiration und Innenschau?

... möchtest Deinen inneren Kompass neu ausrichten?

... möchtest Beschwerden konzentriert angehen?

Dann ist unsere Auf(d)tank-Woche genau das Richtige für Dich. An einem wunderbaren Platz in Norditalien stehst Du eine Woche lang im Mittelpunkt. Und wir sind für Dich da.

Ausgehend von Deinem ganz persönlichem Ziel, bekommst Du täglich zwei auf Dich exakt abgestimmte Anwendungen (Shiatsu & TCM). Zwei ergänzende Gespräche während der Woche vertiefen Deinen Prozess. Den Morgen beginnen wir täglich mit gemeinsamen Qi Gong. Den Tag beenden wir mit Meditation.

Das wirkt. Auf Körper, Geist und Seele.

Du kannst diese intensiven Tage auch als konzentrierten Reset mit einer Fülle an frischen Impulsen sehen. Impulse für Veränderung. Impulse für Wachstum. Impulse für Heilung. In Summe bringt unser Team an die 100 Jahre Therapieerfahrung und Erfahrung in der Arbeit mit Menschen mit.

Wir freuen uns auf das, was Du mitbringst.

Die Seele baumeln lassen ...



Eine Reise nach innen...

Braucht auch eine Unterstützung von außen. Ein Platz, der dich trägt, nährt und inspiriert. Die Umgebung rund um den Ortasee ist voller sinnlicher Überraschungen. Der perfekte Rückzugsort für (d)eine Reise nach innen.

Urlaub mit Sinn. Urlaub mit allen Sinnen.

Wenn äußeres Erleben auf inneres Erleben trifft. Wenn sich Aussicht und Innenschau die Hand geben. Wenn sich die Schönheit der Natur mit der Tiefe der Erkenntnis vermischt. Wenn Du einen Schatz an inspirierenden Erfahrungen mit nach Hause nimmst, die über einen langen Zeitraum das Herz und die Seele nähren, dann ergibt das einen Urlaub mit Mehrwert und Sinn. Genau dazu wollen wir Dich einladen. Mit Leichtigkeit. Mit Fokus. Von ganzem Herzen.

Retreat bedeutet Rückzug.

Ein bewusster Rückzug aus der gewohnten Umgebung, ein bewusster Rückzug aus der gewohnten Routine des Alltags. Wenn Du Dir diesen Raum gönnst, kannst Du Dich neu entdecken und kennenlernen.

In Zeiten großer Herausforderungen ist das kein Luxus, sondern eine Notwendigkeit. Wir unterstützen und begleiten Dich dabei und gehen sehr individuell und auf Dich, Deine Bedürfnisse und Deine Wünsche ein.





Dein Wert

- **5x Shiatsu-Einzelsessions** (45 Minuten)
- **6x Morgenübungen** von je 1 Stunde
- **5x TCM-Anwendungen** von je 40 Minuten
- **5x Abendmeditationen** von je 1 Stunde
- **7 Tage vegetarische Halbpension** mit köstlichem, reichhaltigem und natürlichem Essen und wohltuenden Getränken
- **7 erholsame Nächte**

Deine Investition

- € 695,- für das gesamte Kursprogramm
- Je nach Zimmer und Belegung belaufen sich die Kosten inklusive Halbpension auf ca. € 85- bis 100,- Euro pro Person und Nacht.

Dein Wochenplan

Anreise	Tag 1	Tag 2	Tag 3	Tag 4	Tag 5	Tag 6	Abreise
	07:30 – 08:30 Morgenübung	07:30 – 08:30 Morgenübung	07:30 – 08:30 Morgenübung	07:30 – 08:30 Morgenübung	07:30 – 08:30 Morgenübung	07:30 – 08:30 Morgenübung	
	08.30 – 09.30 Frühstück	08.30 – 09.30 Frühstück	08.30 – 09.30 Frühstück	08.30 – 09.30 Frühstück	08.30 – 09.30 Frühstück	08.30 – 09.30 Frühstück	08.30 – 09.30 Frühstück
	Zwischen 09.30 und 13.15 Uhr 45 Min Shiatsu	Zwischen 09.30 und 13.15 Uhr 45 Min Shiatsu	Zwischen 09.30 und 13.15 Uhr 45 Min Shiatsu	Rasttag	Zwischen 09.30 und 13.15 Uhr 45 Min Shiatsu	Zwischen 09.30 und 13.15 Uhr 45 Min Shiatsu	09.30 – 10.30 Packen / Abreise
	Zwischen 09.30 und 13.15 Uhr 45 Min Gespräch	Zwischen 09.30 und 13.15 Uhr 45 Min Gespräch			Zwischen 09.30 und 13.15 Uhr 45 Min Gespräch	Zwischen 09.30 und 13.15 Uhr 45 Min Gespräch	
	17:45 – 18:30 TCM- Anwendung	17:45 – 18:30 TCM- Anwendung	17:45 – 18:30 TCM- Anwendung		17:45 – 18:30 TCM- Anwendung	17:45 – 18:30 TCM- Anwendung	
19:00 – 20:00 Abendessen	18:45 – 19:45 Abendessen	18:45 – 19:45 Abendessen	18:45 – 19:45 Abendessen	18:45 – 19:45 Abendessen	18:45 – 19:45 Abendessen	18:45 – 19:45 Abendessen	
20:00 – 20:30 Welcome	19:45 – 20:45 Meditation	19:45 – 20:45 Meditation	19:45 – 20:45 Meditation	19:45 – 20:45 Meditation	19:45 – 20:45 Meditation	& gemeinsame Abendgestaltung	





**Mike
Mandl**

Deine Anmeldung

Da die Plätze auf maximal 9 Personen limitiert sind, bitten wir Dich bei Interesse um eine möglichst rasche Anmeldung über das Anmeldeformular auf der Homepage:

www.shendo-shiatsu-schule.de

Nach dem Eingang einer Anzahlung von € 150,- erhältst Du eine Anmeldebestätigung mit Platzreservierung.

Organisation & Infos: Prabhati C. Gütinger

www.shendo-shiatsu-schule.de

Mail: shendoshiatsu@web.de



**Wolfgang
Löffler**

Dein Kraftplatz - die Villa MiraMonte

Die Villa MiraMonte ist eine alte, mit viel Herz und Geist renovierte italienische Villa, gelegen über dem Agogna Tal, umgeben von romantischen Dörfern, endlosen Kastanienwäldern, Seen und Bergen. Direkt gegenüber liegt der Monte Rosa und begrüßt Dich Tag für Tag mit seinen weißen Gipfeln. Mit über 4.600 Metern ist die „Königin“ der Alpen der höchste Berg der Schweiz.

Der 2,5 Hektar große Garten mit seinen liebevoll gestalteten Hangterrassen bietet Dir viele Möglichkeiten. Ob einfach nur zum Schauen, zum Seele baumeln lassen oder auch für einen bewussten Rückzug. Tauche einfach ein, in Deine T(D)ankstelle...

Wir freuen uns auf Dich



www.shendo-shiatsu-schule.de