

## Zeitplan & Kursprogramm

### Freitag, 5. Juni 2020

14:00 bis 15:30	Anreise & Check-in
15:30	Treffpunkt in der Seehotel-Lobby
15:30 bis 16:00	Willkommenskaffee oder -tee in der Lobby
16:00 bis 16:30	Lagebesprechung im Seminarpavillon
16:30 bis 18:00	<b>Alltag raus.</b> Bewegung am See mit Nordic-Walking und Lauf-ABC.
18:30 bis 19:30	2-Gang-Abendessen im Hotel
19:30 bis 21:00	<b>Berge sehen.</b> Über Wanderwege, Bergmenschen & Gebirgspanoramen in Kinderbüchern.

1

### Samstag, 6. Juni 2020

7:30 bis 8:00	<b>Morgenfit.</b> Kraft am Steg.
8:00 bis 10:00	Genussfrühstück
10:00 bis 12:00	<b>Neue Leute treffen.</b> Über Figuren in Bilderbüchern.
12:00 bis 13:00	Mittagspause mit Grundlseejause im Seminarpavillon oder am Steg

13:00 bis 15:30

**Stand-up-Paddeln & Schmöckerzeit**

16:00 bis 18:00

**Bild und Text und noch viel mehr – woraus ein Bilderbuch besteht.** Werkstattgespräch mit „begreifbaren“ Einblicken und Erprobungen mit Katrin Feiner von Tyrolia Kinderbuch.

~~~~~

*Je nach Lust & Laune!*

*Die Teilnahme an den beiden folgenden Samstagabend-Programmpunkten ist freiwillig und kann spontan entschieden werden!*

*Nimm dir einen Abend für dich, genieße deine Zeit im Zimmer, in der Sauna bzw. im Ruheraum des Seehotels ODER gestalte selbst einen freien Abend mit anderen TeilnehmerInnen ODER freue dich auf:*

19:00

*2-Gang-Abendessen im Seehotel*

2

20:30 bis 22:00

**Den Physio fragen.** Antworten und Denkanstöße zu aktuellen Behandlungskonzepten & individuellen Bewegungsformen.

*Kamingespräch in der Lobby des Seehotels, Dazukommen jederzeit möglich!*

~~~~~

**Sonntag, 7. Juni 2020**

7:30 bis 8:00

**Morgenfit.** Beweglichkeit am Steg.

8:00 bis 10:00

Genussfrühstück & Check-out

10:00 bis 11:30

**Ins Reden kommen.** Über Bilderbücher als Gesprächsanlässe.

11:45 bis 13:15

**Fit für daheim.** Tut-gut-Training & Auf-Wiedersehens-Zitate.