

Velkommen

til samvær og inspirasjon

for alle som har deltatt på kurs i Rosenmetoden, og kjenner at de kan ivareta sin egen prosess



Utsikt fra hotellet i fjor

på
SAVALEN Fjellhotell og Spa

søndag 25. – fredag 30. juni 2017

*Guidene til din egen indre fjellvandring i år, som i fjor, er;
Bente Elviken og Mette Brenden*

Dagene i Rosenfelleskapet blir til underveis, og vi møtes;

- *Etter frokost; kl. 10-13, til deling, enkle øvelser og fordypning "Lev fra hjertet" og "Hva venter du på!", er det vi har med "Hva bringer du med deg til din "vandring"?"*
- *Etter lunsj; egne eller avtalte aktiviteter. Inne eller ute. Mulighet for å bytte behandlinger. Savalloftet står til vår disposisjon hele dagen. Noen ønsker kanskje å bidra med bevegelser, eller om du har noe annet du vil dele*

Kostnad; kr. 2000.- for kurs og tilrettelegging

*I år som tidligere, tenker vi at dette kan bli en "aktiv ferie".
Dermed blir det åpne rom for å være sammen med familien, partneren eller venner, hvis de ønsker å være med til dette vidunderlige stedet*



Praktisk info og påmelding:

Ved ankomst 25. juni er rommene klare fra kl. 16, og vi møtes etter middag på Savalloftet

Direkte og bindende påmelding innen 12.mai, ved innbetaling av kr. 2000.- til konto nr; 12101629501

OBS. OBS.: Husk å merke innbetalingen med: Savalen 2017 og ditt navn

Dette dekker kurs-delen (kostnaden for bo og helpensjon, betales direkte til hotellet)

Send også en mail til mbrenden@online.no med følgende informasjon:

Navn (også på de som er med; familie/venner/partnere/barn) og alder på evt barn.

Mailadresse og mobilnummer

Om du ønsker dobbelrom eller enkeltrum, evt andre ønsker

Har du med deg hund må du informere om det

Si fra om evt. matallergi e.l., slik at vi kan informere kjøkkenet

Husk og ta med benk (om mulig)

Hotellet gir oss (nesten) fjorårets priser (også til familie/partner/venner som blir med);

Kr. 3990.- pr. pers. i dobbelrom inkl. helpensjon. Pausekaffe/te, frukt m.m. Tilgang til badeavdeling er også inkludert. Beløpet betales direkte til hotellet før avreise.

Kr. 4890.- pr.pers. i enkeltrum.

Ønsker man å komme et par dager før, eller bli litt lenger, har vi fått en meget gunstig døgnpris på kr. 790.- pr.pers. for dobbelrom og 970.- for enkeltrum, inkl. helpensjon

Barn 5-15 år, halv pris.

Hundetillegg: Kr 150,- pr. døgn pr. hund.

Har du spørsmål, også vedrørende hotellet, f.eks. boform, ekstra netter eller hvordan man kommer dit, kontakt Mette Brenden

mbrenden@online.no, tlf; 93497076

Sjekk ut hotellets fasiliteter på bl.a.; <http://www.savalen.no/aktiviteter-opplevelser/savalen-spa/>

Hvordan komme dit:

Tog - Rørosbanan til Tynset - så buss eller taxi til hotellet

Bil – se hotellets nettside www.savalen.no

«Rosinøvelse» og sang på stranden, med noen av deltagerne 2016

