

# Abnehmwoche auf Mallorca –

vom 28. April bis 5. Mai 2012



Mit dem Diätexperten Dr. med. Paolo Negri  
und einem Team von ErnährungsberaterInnen  
und Wellnesscoaches

ALL  
INCLUSIVE

## PROGRAMM:

- Linienflug Zürich-Mallorca-Zürich mit Swiss, Transfer Hotel
- 7 Übernachtungen in EZ oder DZ im Hotel Reads ([www.readshotel.com](http://www.readshotel.com))
- 2 Tage BCM Start (Entschlackungskur)
- 5 Tage mit je 2 kalorienreduzierten BCM Ersatzmahlzeiten und 3-Gang Abendessen mit mediterraner Küche
- Kaffee, Tee und alkoholfreie Getränke gratis à discrétion
- Individuelle Ernährungsberatungen mit BIA-Messung
- Fitnesstest und persönliche Trainingsberatung
- Themenvorträge, Kochkurs und kommentiertes Büffet
- Nordic-Walking-Kurse, Aqua Gym, Yogakurse
- Ausflüge und Wanderungen, E-Bike zur freien Verfügung
- 1 Ganzkörpermassage
- Freie Benutzung des SPA und des Fitnesscenters

### EARLY-BIRD-PREISE BEI ANMELDUNG BIS 31.1.2012

(Preise Pro Person alles inkl.)

**Deluxe Doppelzimmer CHF 2300.00**  
(ab 1.2.2012 CHF 2500.00)

**Zuschlag Einzelbelegung CHF 350.00**

**Upgrade Suite CHF 250.00**  
(bei Buchung zu zweit Upgrade gratis)

**Anmeldung über Telefon 044 257 20 80**  
(Frau Laura Chenet) oder [www.precon.ch](http://www.precon.ch)

In dieser Woche erhalten Sie mit professioneller Betreuung alle wichtigen Grundlagen, um Ihr Gewicht erfolgreich unter Kontrolle zu bringen und Ihre Fitness zu verbessern. Geniessen Sie gleichzeitig eine Woche Ferien und Entspannung in traumhafter Umgebung im Hotel Reads ([www.readshotel.com](http://www.readshotel.com)), einer Finca mit 23 Zimmern und Suiten der Luxusklasse (Relais & Châteaux). Das ganze Hotelteam, vom Koch – bekannt für seine exquisite Küche mit biologischen Produkten – bis zum Wellness- und Fitnessteam steht Ihnen exklusiv zur Seite und unterstützt Sie beim Abnehmen!

Neben persönlicher Beratung und einem abwechslungsreichen Programm bleibt genug Zeit zum Relaxen oder für einen Ausflug in die Natur. Nach dieser Auszeit können Sie entspannt und motiviert zuhause weiter abnehmen. Profitieren Sie bei einer Anmeldung bis zum 31.1.2012 von den Early-Bird-Preisen. Buchen Sie ein Doppelzimmer, erhalten Sie gratis als Upgrade eine Suite.