

TREFFPUNKT AUTO-SUGGESTION

für Erfolg • Lebensqualität • Gesundheit

Warum nicht
Ausbildung
mit Ferien
verbinden?

Die wertvolle
Aus-Bildung

**AUTOSUGGESTIONS-/
MENTAL-TRAINER/IN**
und Persönlichkeitsbildung©

TREFFPUNKT AUTO-SUGGESTION

AUSBILDUNGSPROGRAMM

**AUTOSUGGESTIONS-/MENTAL-TRAINER/IN
UND PERSÖNLICHKEITSBILDUNG©**

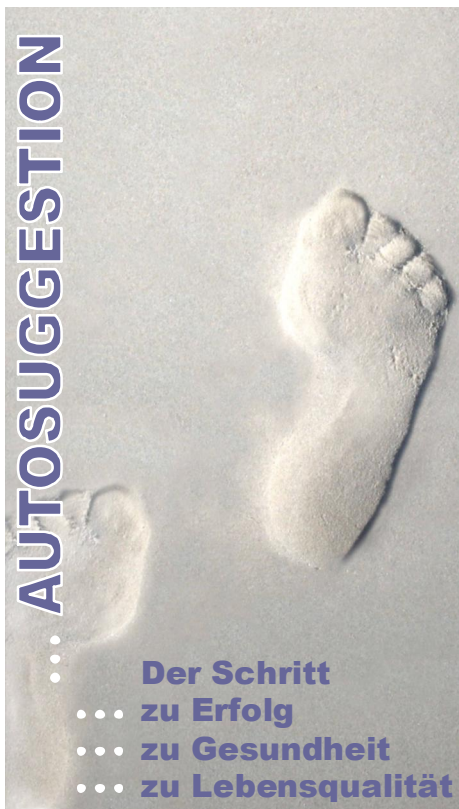
BASIC+

**DIE WERTVOLLE
AUS- UND WEITER-BILDUNG**

INSTITUT FÜR ANGEWANDTE AUTO-SUGGESTION

Beat Scheuermeier • Postfach 353 • CH-3032 Hinterkappelen
info@treffpunkt-autosuggestion.ch • Telefon/Fax +41 (0)31 829 37 47
www.treffpunkt-autosuggestion.ch • Der Treffpunkt für gute Lebensqualität

INSTITUT FÜR ANGEWANDTE AUTO-SUGGESTION



INSTITUT FÜR ANGEWANDTE AUTO-SUGGESTION®

Dieser Name steht für ein Netzwerk, Forum, Raum für Begegnungen rund um Lebensfragen und richtet sich an Privatpersonen jeden Alters, Unternehmen und Institutionen.

Es hat das Ziel, die Autosuggestion und die Möglichkeiten der bewussten, gezielten Selbstbeeinflussung, Selbsthilfemethoden (die Macht des Unbewussten) sowie das bewusste, reale Denken im positiven Sinn (auch präventiv) zu verbreiten und zu fördern.

Das Konzept TREFFPUNKT AUTO-SUGGESTION® bietet Vorträge, Kurse, Seminare, individuelle Beratungen sowie die qualitativ hochwertige Ausbildung AUTO-SUGGESTIONS-/MENTAL-TRAINER/IN. Die Ausgebildeten sind nach der Ausbildung BASIC+ in der Lage, dieses Wissen anzuwenden und weiter zu geben.

Dieses Konzept dient Ihrer persönlichen Zielerreichung in Form von Prävention, Innovation sowie Optimierung/Verbesserung und funktioniert im Anwenderprinzip, politisch und konfessionell neutral.

Als moderne Institution wollen wir Sie gerne auch online mit allen Informationen rund um unsere Angebote versorgen und Sie informieren. Aktuell können Sie sich über das Thema Autosuggestion, Kontaktadressen, News und aktuelle Artikel (s. Newsletter TREFFPUNKT AUTO-SUGGESTION®) auf unserer Internetseite informieren.

Wir freuen uns, dass Sie Interesse an unserer Ausbildung, unserem Institut und unseren Dienstleistungen haben! Sie wünschen sich Ziele wie: besser leben, gesund werden oder gesund bleiben, Zusammenhänge verstehen, positiv denken und erfolgreich sein im Privatleben und Beruf – Sie wollen ganz einfach mehr Lebensqualität erreichen...

Und - warum nicht Aus-/Weiterbildung mit Ferien verbinden?

Unter unserem Leitsatz „Der Treffpunkt für gute Lebensqualität“ steht Ihnen mit besonderer Kompetenz unser langjährig erfahrenes Leitungsteam mit Angeboten rund um das Thema Autosuggestion sowie verwandte Themen und Beratervermittlung zur Verfügung.

Die Autosuggestions-Methode hilft den Menschen

Es ist eine fantastische Selbsthilfemethode, um den Menschen an Körper, Geist und Seele gesund zu erhalten und wo notwendig wieder gesund werden zu lassen.

Sie hilft Ihnen, ein gesundes, glückliches und erfolgreiches Leben zu führen, Lebenssituationen und -aufgaben besser zu bewältigen, die Leistungsfähigkeit auf jedem Lebensgebiet zu steigern und sich seelisch, geistig und körperlich positiv zu entwickeln.

Mit richtig angewandter Autosuggestion (eigener Einfluss) fördern Sie die Heilung von Krankheiten aller Art oder lassen Sie ersehnte Ziele und gewünschte Zustände erreichen. Zudem haben sie die Möglichkeit Ihr Unbewusstes zielgerichtet zu beeinflussen, Fremdsuggestionen zu korrigieren, Hindernisse, Ängste zu überwinden, Probleme und Krisen besser zu bemeistern.

Wussten Sie, dass die Autosuggestion so alt ist wie die Welt? Es gibt sie, seit die Erde von Menschen bewohnt ist. Sie ist eine Kraft, die Sie schon seit Ihrer Geburt besitzen.

Die Autosuggestions- / Mental-Trainer/innen

- profitieren auch persönlich optimal von der Ausbildung.

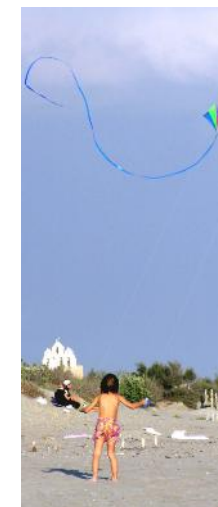
- können die neu erworbenen Kenntnisse an Kursen, Vorträgen sowie in persönlichen Beratungen an Interessierte und Ratsuchende weitergeben.

Die Ausbildung

- fördert das Verständnis für sich, den Mitmenschen, das Leben und die Welt sowie auch für das Innovative.
- zeigt neue Lehr- und Lernmethoden sowie ein wirkungsvolles Mentaltraining für Optimierungen/Verbesserungen.
- vermittelt effektives Leiten von Kursen und Vorträgen.
- fördert die Selbsterfahrung und Persönlichkeit und steigert das Selbstwertgefühl. Ist auch eine Lebensschulung.
- fördert die emotionale und soziale Kompetenz, die persönliche Flexibilität sowie die Fachkompetenz in diversen Methoden.

Erfolgreiches, entspanntes, lebendiges Lernen und aktives Mitwirken

- Die Wissensvermittlung erfolgt unter aktiver Mitwirkung der Seminarteilnehmer/innen.
- Übungen und Gruppenarbeiten sowie Hausaufgaben und Literaturstudium.
- Lerngruppen und aktives Lernen fördern eine angenehme Atmosphäre in den Seminarien und gewährleisten die schnelle und sichere Aneignung von neuen Fähigkeiten und Wissen sowie Kreativität und Flexibilität.



- Die Dauer der Ausbildung gewährleistet ein Vertiefen und Umsetzen des Gelernten.

Gruppengrösse

- ca. 7 bis 20 Teilnehmende.

Seminarorte

Die Seminarorte variieren wöchentlich und werden den Bedürfnissen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer angepasst. Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung gehen zu Lasten der Teilnehmenden.

Voraussetzungen für die Ausbildung

- Mindestalter 20 Jahre.
- Besuch eines Grund-/Einführungskurses in die Coué-Methode oder Autosuggestion.

Auskünfte über Einführungskurse:

Institut für angewandte Auto-Suggestion
siehe auch Newsletter
TREFFPUNKT AUTO-SUGGESTION® oder
www.treffpunkt-autosuggestion.ch

Bereits ausgebildete Coué- und Autosuggestions-Berater/innen haben die Möglichkeit, auch nur einzelne Wochen oder den Weiterbildungstag zu besuchen.

Aufbau der Ausbildung, Seminarunterlagen und Abschluss

BASIC+

- Dauer: 3 x 1 Woche/7 Tage zu mindestens 6.5 Std./Tag.
- Abschluss: Zertifikat BASIC+ für Autosuggestions-/Mental-Trainer/in (Abschlusstest).
- Den Teilnehmenden werden Seminarunterlagen abgegeben.



- Das Zertifikat BASIC+ für Autosuggestions-/Mental-Trainer/in wird den Teilnehmenden nach erfolgreichem Besuch und Abschluss der 21-tägigen Ausbildung, Abgabe der Abschlussarbeit (8 bis höchstens 10 A4 Seiten über ein selbst gewähltes Thema aus dem Bereich dieser Ausbildung), Aufgaben, sowie der Teilnahme an den Lerngruppenarbeiten überreicht. Bei nicht bestandenem Abschlusstest wird eine Seminarbestätigung abgegeben.
- Die Ausgebildeten sind nach der Ausbildung BASIC+ in der Lage, das Wissen über die Coué- und Autosuggestionstechnik anzuwenden und weiterzugeben.

Fakultative Weiterbildung, aufbauende und vertiefende Module

- 4. Woche:
Dauer 7 Tage zu mindestens 6.5 Std./Tag mit Zertifikat ADVANCE+
- 5. Woche:
Dauer 7 Tage zu mindestens 6.5 Std./Tag mit Zertifikat MASTER

Inhalt der Ausbildung

- Während der ca. einjährigen BASIC+ Ausbildung vermitteln Fachleute aus Pädagogik, Psychologie und Trainer für Führungskräfte die lehrreichen Themen wie auf den folgenden Seiten beschrieben.

1. WOCHE AUTOSUGGESTIONS-METHODE, FORM UND ANWENDUNG

Autosuggestions-Technik, Form und Anwendung

- Vertiefen der Methode von Emil Coué und der Autosuggestions-Technik.
- Formulieren von Autosuggestionen.
- Wirkungen der Fremdsuggestionen und der Umgang damit.
- Anwendungen der Autosuggestionstechnik im Alltag und in der Beratungstätigkeit.
- Praktische Übungen, Anwendungen und Demonstrationen.
- Suggestionen im Alltag.

Entspannungstechniken, Meditation und Kreativität

- Einführen in verschiedene geführte Entspannungstechniken. Antistress-Technik. Meditiere dich gesund.

Lern- und Lehrstrategien, entspanntes Lernen

- Lern- und Lehrstile, Didaktik, lernen-lernen, Lernen-lehren.

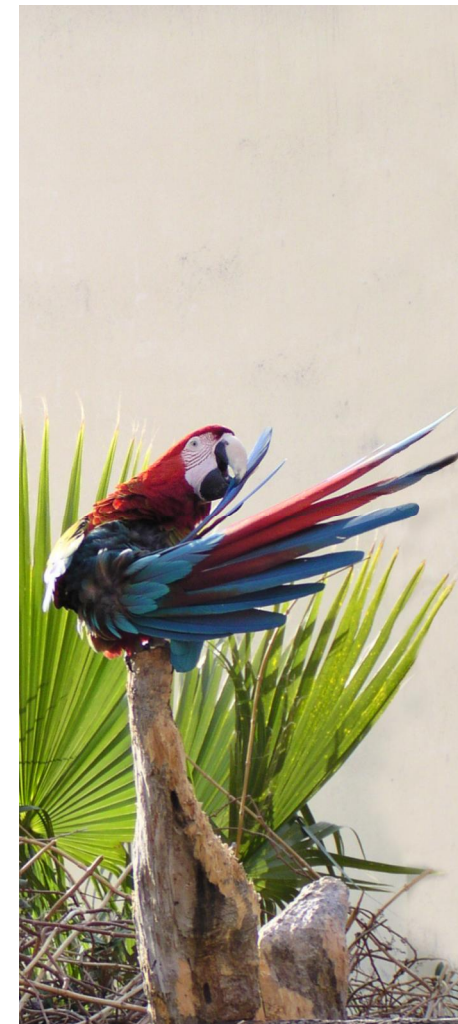
Einführen in das Gruppenleiten

(auch in der 2. Woche)

- Gruppenleiten nach neusten Erkenntnissen.

Autosuggestion und Hirnforschung

- Die Hirnfunktion und die Autosuggestion. Achtsamkeitstherapie.
- Funktion und Zusammenhänge von Körper, Geist und Psyche.
- Wachbewusstsein, Entspannung, Schlaf und Hypnose.
- Die Autosuggestionstechnik aus der Sicht der Hirnforschung wissenschaftlich erklärt und begründet.
- Bewusstes und Unbewusstes.



2. WOCHE

UMGANG MIT SICH UND ANDEREN MENSCHEN

Gruppenleiten nach neusten Erkenntnissen, Didaktik

- Leitungsstile. Aufgaben und Haltung der Gruppenleitung.
- Einstiegsmethoden, Gruppendynamik, Umgang mit Krisen in der Gruppe.
- Selbsterfahrungs-/Lerngruppen.

Gesprächsführung und Lernmethoden (auch in der 3. Woche)

- Gesprächsstile. Gruppengespräche, Möglichkeiten und Wirkung in der Gruppenarbeit.
- Wahrnehmungsarten, Sprache, Metasprache.

Einzelberatung

- Psychologische Kompetenz in der Beratung.
- Klientenzentrierte Beratung.
- Analytische Psychologie. Gesprächs- und Verhaltenstherapie.
- Gesprächseinleitung, -begleitung mit Übungen.
- Suggestionen und Autosuggestionen im Beratungsgespräch.
- Kombination verschiedener Beratungsmethoden und die (Auto)-Suggestion.
- Wo Suggestionen, wo Autosuggestionen einsetzen?

Kommunikationsform

- Verbale- und nonverbale Kommunikation.
- Effektivität, eigene Entwicklung in der Kommunikationsform.

Umgang mit der Zeit

- Optimieren des Umgangs mit der Zeit.

Heilungsprinzipien

- Konflikte und Krisen im Ursprung verstehen.
- Dynamik der verschiedenen Bewusstseins-Ebenen.
- Heilungsprinzipien. Der Mensch als Ganzheit.
- Selbsteinschränkung. Grenzen und Fähigkeiten erkennen, erweitern.

Selbsterfahrungs-/Lerngruppen

- Aufgaben.



3. WOCHE

KURS- UND VORTRAGSTECHNIK, KOMMUNIKATION, DIDAKTIK, METHODIK

Heilungsprinzipien

- Prozessorientierte Techniken, Übungen.
- Verständnis für Zusammenhänge.
- Einfühlungsvermögen.
- Innere Freiheit: Entscheidungsfreiheit, eigener Sinn.

Vortragstechnik und öffentliche Vorträge

- Grundlagen Vortragstechnik und Methoden.
- Vorbereitung, Hilfsmittel, Haltung, Vortragsarten, Vortragsinhalte, Übungen.

Einführen in verschiedene Arten der Gesprächsführung

- Denkstile, Metafern.
- Neurolinguistisches Programmieren (NLP).
- Gesprächsführung.

Präsentationstechnik, Methodik

- Struktur Grundkurs. Leiten von Grund- und Einführungskursen in die Coué- und Autosuggestions-Methode.
- Didaktik, Methodik, Präsentationstechnik für Gruppen, Kurse.

Autosuggestion in der Praxis

- Neuste Erkenntnisse in der Psychologie, Schlaf- und Hirnforschung.
- Medizin und Autosuggestion.
- Praxisorientierte Möglichkeiten und Übungen mit Autosuggestion.
- Katalepsie. Achtsamkeitstherapie.
- Mentale Prävention.

DIE SEMINARLEITER



Beat Scheuermeier
(Ausbildungsleiter)

Seminarteile: Anwendung der Autosuggestions-Methode. Persönlichkeitsentfaltung, Heilungsprinzipien, Entspannungstechniken, Seminar Coaching.

- Praxis- und intern. Tätigkeiten für geistige Lebenshilfe und Gesundheit.
- Spirituelle Philosophie, visionäre Psychologie, Heilungsprinzipien.
- Autosuggestionstrainer.
- Ausbildungsleiter.
- Begründer des Instituts für angewandte Auto-Suggestion.



Ruth Andris

Seminarteile: Einzelberatung.

- Gesprächs- und Verhaltenstherapeutin.
- psychologische Beratung.
- Seminar- und Vortragstätigkeit auf den Gebieten erfolgreiche Lebensgestaltung.
- Publikationen, Autorin von Büchern und des Jet-Journals für Körper, Geist und Seele.
- Präsidentin Coué Zentralschweiz.
- Freie Mitarbeiterin Institut für angewandte Auto-Suggestion.



Arthur Beer

Seminarteile: Lernstrategien, Lern-/Lehrstile, Didaktik, Gruppenleiten, NLP.

- Sekundarlehrer, Lehrtrainer DVNLP.
- Psychologie Uni Bern.
- Psychology of Vision, CH/USA.
- Accelerated Learning.
- Brain Gym.
- Quadrinity Prozess.



Beat Brühlhart

Seminarteile: Kommunikation, Umgang mit der Zeit, Vortragstechnik.

- Inhaber der antros consulting, Gesellschaft für zukuntorientierte Unternehmensentwicklung.
- Jahrelange, internationale Führungserfahrung in Industrie und Handel.
- Trainer/Coach und Seminarleiter für Unternehmensentwicklung, Führung, Konfliktmanagement und Kommunikation.
- Dozent am Schweiz. Institut für Unternehmensschulung SIU.

DIE SEMINARLEITER



Hermann F. Schmidhauser

Seminarteile: Gehirnforschung und die Autosuggestion, Autosuggestion in der Praxis.

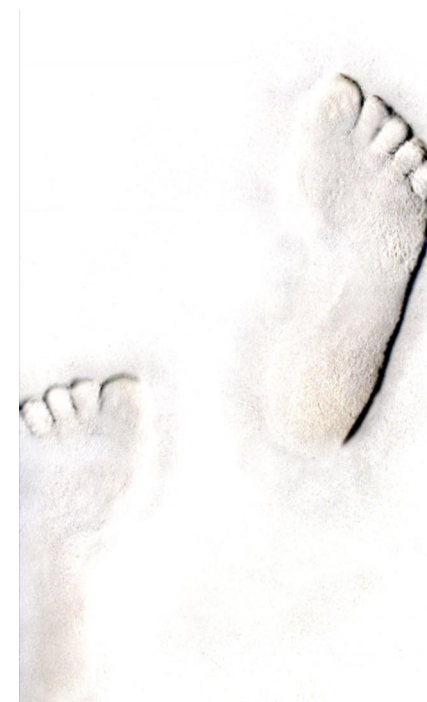
- Dr. phil., Dipl. Psychologe.
- eigene Praxis seit über 20 Jahren in Spreitenbach.
- Kurs- und internationale Vortragstätigkeit, Coach Spitzensport, Musik, Weltklaseschach.
- Publikationen.
- Autor mehrerer Bücher über Themen wie Autosuggestion, Geist-Körper-Seele und Entspannungsmethoden.



Santoshi Marti

Seminarteile: Entfaltung des menschlichen Potenzials.

- Psychosynthese-Therapeutin.
- Psychologische Astrologin.
- Körpertherapeutin.
- Fachkraft Spiraldynamik.
- 15-jährige Praxistätigkeit mit Einzelsitzungen und Gruppen, Vorträge und Artikel über Psychosynthese.



Die Zeit ist reif für Veränderung...
unternehmen Sie den ersten Schritt.

Haben Sie weitere Fragen? Zögern Sie nicht, kontaktieren Sie uns. Gerne werden wir auf Ihre Fragen oder Wünsche näher eingehen.

INSTITUT FÜR ANGEWANDTE AUTO-SUGGESTION®

Postfach 353, CH-3032 Hinterkappelen
Telefon/Fax +41 (0)31 829 37 47
info@treffpunkt-autosuggestion.ch
www.treffpunkt-autosuggestion.ch

Beilagen zu dieser Ausbildungs-Broschüre:
- Ausbildungsdaten
- Anmeldeformular

Ausbildungsdaten 2010/11

Autosuggestions-/Mental-Trainer/in und Persönlichkeitsbildung®

Ausbildungsdaten Autosuggestions-/Mental-Trainer/in, Basic+, total 21 Tage

- 1. Woche:** Samstag, 25. Sept. 2010, 09.30 Uhr bis Freitag, 1. Okt. 2010, 17.30 Uhr
- 2. Woche:** Samstag, 5. März 2011, 09.30 Uhr bis Freitag, 11. März 2011, 17.30 Uhr
- 3. Woche:** Samstag, 7. Mai 2011, 09.30 Uhr bis Freitag, 13. Mai 2011, 17.30 Uhr

Fakultative, aufbauende und vertiefende Module

4. Woche = Advance+: Samstag, 30. Oktober 2010 bis Freitag, 5. November 2010
5. Woche = Master

Anmeldetermin: bis 20. Juli 2010.

Die Anmeldung ist mit dem Einsenden des ausgefüllten Anmeldeformulars gültig.
Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.

Seminarbeitrag

Inbegriffen sind Kursunterlagen

Bei Anmeldung bis 20.05.2010: CHF 3'980.- / ab 21.05.2010: CHF 4'180.-

Prüfungs-/Zertifizierungsgebühr zuzüglich CHF 180.-

(ohne Bücher für das Literaturstudium, ohne Mahlzeiten und Unterkunft)

Konditionen/Preisgestaltung siehe beiliegendes Formular „Anmeldung“

Bei geringem Einkommen ist eine **Seminarpreis-Reduktion** möglich – bitte fragen Sie uns.

Bereits ausgebildete Coué- und Autosuggestions-Berater/innen, resp. Trainer/innen haben die Möglichkeit, auch nur einzelne Wochen oder den Weiterbildungstag „Autosuggestion in der Praxis“ in der 3. Woche, Fr 13. Mai 2011, zu besuchen.

- Spezialpreis für **einzelne Wochen je CHF 400.-**, zahlbar jeweils bis spätestens 4 Wochen vor Beginn der entsprechenden Ausbildungswoche.
- Beitrag für den **Weiterbildungstag CHF 190.-**, zahlbar bis spätestens 4 Wochen vor dem Weiterbildungstag.

Grundkurs Autosuggestion / mental fit: Samstag, 26. Juni 2010, 09.30 – ca. 17.15 Uhr, in Bern
Beitrag: CHF 190.-

Anmeldung und Auskunft

Haben Sie weitere Fragen? Zögern Sie nicht, kontaktieren Sie uns bitte. Gerne werden wir auf Ihre Fragen oder Wünsche näher eingehen.

Möchten Sie glücklich, erfolgreich und gesund sein?

INSTITUT FÜR ANGEWANDTE AUTO-SUGGESTION

**Anmeldung für die Aus-/Weiterbildung
Autosuggestions-/Mental-Trainer/in und Persönlichkeitsbildung®
Basic+ 2010/11 oder für einzelne Wochen**

Bitte vollständig ausgefüllt einsenden an:
Institut für angewandte Auto-Suggestion, Postfach 353, CH-3032 Hinterkappelen

Name, Vorname:

Strasse Nr.:

PLZ:

Ort:

Land:

Geburtsdatum:

E-Mail:

Telefon Privat:

Geschäft:

Fax:

Berufsausbildung:

Tätigkeit heute:

Ev. Ausbildungen, Funktionen und Vorkenntnisse in Beratungs-, Lehr-, sozialer Tätigkeit etc.

Warum möchten Sie die Ausbildung machen?

Ich habe in _____ im Jahre _____ einen Coué-/Autosuggestionkurs besucht.

Wodurch wurden Sie auf diese Ausbildung aufmerksam?

Für bereits ausgebildete Coué- und Autosuggestions-Berater/innen, resp. Trainer/innen:

Ich habe die Coué-, Autosuggestions-Ausbildung im Jahre _____ besucht und möchte folgende Woche / Weiterbildungstag besuchen:

1. Woche 2. Woche 3. Woche Fr 13. Mai 2011 Weiterbildungstag „Autosuggestion in der Praxis“

Frühbuchungspreis:

- Anzahlung CHF 300.- bei Anmeldung bis 20.05.10 plus CHF 3'680.- bis 01.09.2010

Total CHF 3'980.-

Regulärer Preis:

- Anzahlung CHF 300.- bei Anmeldung ab 21.05.10 plus CHF 3'880.- bis 01.09.2010

Total CHF 4'180.-

Ratenzahlung:

- Anzahlung CHF 300.- bei Anmeldung bis 20.07.2010 plus
1. Rate CHF 1'990.- bis 01.09.10 plus 2. Rate CHF 1'990.- bis 05.02.11 = **Total CHF 4'280.-**

- Anzahlung CHF 300.- bei Anmeldung bis 20.07.10 plus 1. Rate CHF 1'400.- bis 01.09.10
plus 2. Rate CHF 1'400.- bis 05.02.11 plus 3. Rate CHF 1'280.- bis 07.05.11 = **Total CHF 4'380.-**

Für bereits ausgebildete Coué- und Autosuggestions-Berater/innen, resp. Trainer/innen:

- Weiterbildungstag „Autosuggestion in der Praxis“, Fr 13. Mai 2011, CHF 190.-

- Einzelne Woche: _____, Zahlung bis 4 Wochen vor Beginn der entspr. Woche, je CHF 400.-

Bei geringem Einkommen ist eine **Seminarpreis-Reduktion** möglich – bitte fragen Sie uns.

Bitte wenden

Seminar Orte

Die Seminar Orte variieren und werden den Bedürfnissen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer angepasst. Die Kosten für die **fakultative** Unterkunft und Verpflegung gehen zu Lasten des Teilnehmers.

Zum Beispiel:

1. Woche: voraussichtlich Hotel Kernserhof***, 6064 Kerns, www.kernserhof.ch

Pro Pers./pro Woche Einzelzimmer Doppelzimmer in CHF

Halbpension 870.- (mit Abendessen*) 780.- (mit Abendessen*)

Ohne Übernachtung: Hotelpauschale für Infrastruktur 30.-/Tag

Inbegriffen sind: Zimmer, Frühstück, 5-Gang Abendessen, Infrastruktur, Mineralwasser im Seminarraum.

Zum Beispiel:

2. Woche: ev. Gwatt-Zentrum**/***, Gwatt, www.gwatt-zentrum.ch

Informationen/Unterlagen erhalten Sie beim Institut für angewandte Auto-Suggestion.

Ihre Hotelreservation werden wir Ihren Wünschen entsprechend und in Ihrem Namen übernehmen. Die Abrechnung für Unterkunft und Verpflegung erfolgt von Ihnen direkt mit dem Hotel. Abmeldebedingungen gemäss dem jeweiligen Seminarort-Hotel.

Programm Änderungen aus zwingenden Gründen: Seminarleiter, (Themen), Seminar Ort, bleiben vorbehalten.

⇒ **Anmeldefrist: bis 20. Juli 2010**

Stornierung: Wir räumen ein Rücktrittsrecht ohne Kostenfolge von 14 Tagen ab Anmeldedatum ein. Bei späterer Abmeldung (mehr als 14 Tage) wird die bezahlte Seminargebühr abzüglich der Anzahlung zurückerstattet. Weniger als 14 Tage vor Seminarbeginn sind die Stornokosten 50% vom Seminarbeitrag. Es besteht die Möglichkeit eine Ersatzperson zum aktuellen Seminarpreis zu stellen (Bearbeitungsgebühr: CHF 80.-/Euro 50.-). Stornierungen bitte nur schriftlich.

Ich bin mit den Teilnahmebedingungen gemäss der Seminaurausschreibung einverstanden. Die Versicherung während des Seminars obliegt der Verantwortung des Teilnehmers.

Grundkurs Autosuggestion / mental fit: Samstag, 26. Juni 2010, 09.30 – ca. 17.15 Uhr, in Bern
Beitrag: CHF 190.-

Anmeldung mit Zertifikat (Prüfungsgebühren CHF 180.-) mit Kursbestätigung

Bemerkungen:

Ort:

Datum:

Unterschrift:

INSTITUT FÜR ANGEWANDTE AUTO-SUGGESTION

Postfach 353 • CH-3032 Hinterkappelen • info@treffpunkt-autosuggestion.ch • Tel/Fax +41 (0)31 829 37 47
www.treffpunkt-autosuggestion.ch • Der Treffpunkt für gute Lebensqualität

Herzlich willkommen!

Wieso nicht Ausbildung mit Ferien verbinden?

AUS- UND WEITERBILDUNG
AUTOSUGGESTIONS-/MENTAL-TRAINER/IN

INFOBLATT



Eine Oase der Gastlichkeit in mitten der Natur!

Swiss Idyllhotel-Restaurant Kernserhof****
Obermattli, 6064 Kerns
Telefon 041 660 68 68, Fax 041 660 85 69
E-Mail kernserhof@swissonline.ch
Internet www.kernserhof.ch



Wo man gut isst und Sorgen vergisst!



Der Kernserhof bietet seinen Gästen ein umfassendes Restaurantsangebot mit verschiedenen saisonalen gastronomischen Genüssen und ideale Voraussetzungen für erlebnisreiche, erholsame Ferien und Seminare. Stolz, im saftigen Grün des Wisslerengebietes auf der voralpinen Sonnenterrasse der Zentralschweiz, präsentiert sich unser Hotel-Restaurant. Unseren Gästen bieten wir verschiedene saisonale gastronomische Genüsse. Auf unserer Karte stehen zahlreiche Innerschweizer Spezialitäten, aber auch Gerichte aus anderen Regionen. Sauna, Solarium, Bar, eigene Parkplätze.

Schweizer Spezialitäten: Auszeichnung Guide Bleu.

Unsere Zimmer verfügen alle über: Farb-TV-Radio, Durchwahltelefon, Balkon, Dusche/WC oder Bad/WC, Haarfön, Internetanschluss via Analog-Modem.

Und so finden Sie Ihr Ferien- und Swiss Idyllhotel KERNSERHOF:

Kerns, abseits der Alltagshektik und trotzdem bequem erreichbar, nur 10 Automin. entfernt vom Autobahnanschluss zur Ost-, West-, Nord- und Südschweiz.



Unter www.kerns.ch erhalten Sie weitere Eindrücke dieser wunderbaren Gegend.

Tourismusverein Melchsee-Fruitt-Melchtal-Kerns
Sarnnerstrasse 1
CH-6064 Kerns
Tel. +41(0)41 660 70 70
tourismus@melchsee-fruitt.ch

Ausflugsziele & Highlights - einige Tipp's für unvergessliche Tage in der Zentralschweiz:

Melchsee-Fruitt (1900 m ü. M.) eines der abwechslungsreichsten Wandergebiete der Zentralschweiz.

Titlis (3020 m ü. M.) Das grösste Ski- und Snowboard-Eldorado und höchstgelegene Gletscher-Ausflugsziel der Zentralschweiz erwartet Sie! **Stanserhorn** (1900 m ü. M.) Rondorama®, der schönste Blick in die Alpenwelt und Mittelland. **Pilatus** (2132 m) Vorbei an saftig blühenden Alpenwiesen, kristallklaren Bergbächen und faszinierenden Felsklippen bahnt sich die steilste Zahnradbahn der Welt ihren Weg von Alpnachstad hinauf nach Pilatus Kulm. Mit etwas Glück erspähen Sie während der Fahrt sogar Steinböcke und Gemsen. **Vierwaldstättersee** Gönnen auch Sie sich Ferientage auf dem See!

Luzern Berühmte Sehenswürdigkeiten wie Kapellbrücke, Wasserturm und Löwendenkmal.

Panoramawelt Lungern Schönbüel (2011m), **Pilatusbahn** (steilste Zahnradbahn der Welt,) **Stanserhorn-Bahn, Titlisbahn, Glasbläserei Hergiswil**, Niederer Spazierweg am Wichelsee (bekanntes Naturbiotop) Besuch **Freilichtmuseum "Ballenberg"**, Wanderwege durch den Kernwald, Biker-Touren, Bruderklausenweg von Stans nach Flüeli-Ranft (Kernserhof in der Mitte der Strecke nur 50 m vom Weg entfernt), St. Jakobsweg (identisch mit Bruderklausenweg), Besuch grösstes Kongresshaus von Europa **KKL Luzern**.

