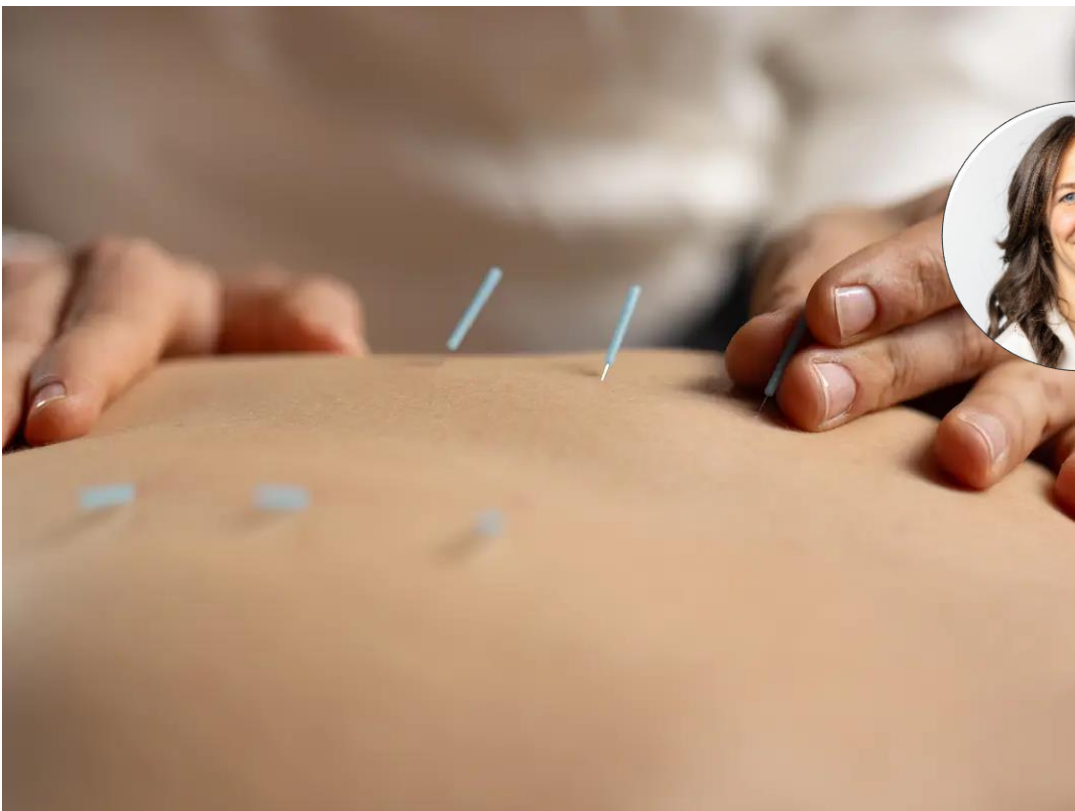


# Ganzheitliche Gesundheit im Fokus

TCM Basics Retreat mit Ärztin für Allgemeinmedizin Dr. Wiebke Neuenfeldt  
25. - 28.06.2026



Gestalte Deine Gesundheit aktiv mit!  
FÜR EINEN KÖRPER, IN DEM DU DICH ZU HAUSE FÜHLST.

In diesem Retreat verbindet Dr. Wiebke Neuenfeldt Schulmedizin mit Traditioneller Chinesischer Medizin und widmet sich Ihrem persönlichen Gesundheitsweg mit besonderer Aufmerksamkeit. Durch fundiertes Wissen, praktische Tools und Übungen für den Alltag lernen Sie zu verstehen, was in Ihrem Körper passiert und wie Sie Ihre Gesundheit nachhaltig selbst unterstützen können.

**Dr. Wiebke Neuenfeldt**  
Ärztin für Allgemeinmedizin &  
Traditionelle Chinesische Medizin (TCM).

# Ganzheitliche Gesundheit im Fokus

**TCM Basics Retreat mit Ärztin für Allgemeinmedizin Dr. Wiebke Neuenfeldt**  
25. - 28.06.2026

## Programm

<b>Donnerstag</b> 16:30-18:00 Uhr	<b>Come Together &amp; Begrüßungsvortrag</b> Ganzheitliche Gesundheit – die sechs Säulen für ein langes, vitales Leben
<b>Freitag</b> 10:30-12:00 Uhr	<b>Grundlagen der TCM</b> Qi, Yin & Yang, die fünf Elemente & die zwölf Meridiane
16:00-17:30 Uhr	<b>Entspannungsreise</b> Akupressur für den Hausgebrauch – einfache Techniken für mehr Wohlbefinden
<b>Samstag</b> 10:30-12:00 Uhr	<b>Gesundheit im Alltag</b> Ernährung, Schlaf & Bewegung als Basis für Regeneration
16:00-17:30 Uhr	<b>Achtsamer Nachmittag</b> Ruhige Techniken für Entspannung & Zentrierung
<b>Sonntag</b> 10:30-12:00 Uhr	<b>Energie in Bewegung</b> – Selbstwirksamkeit erleben Praktische Impulse für den Alltag und nachhaltige Integration

**Retreat-Pauschale (zzgl. Zimmer): € 650,-** für 3 Nächte (Do – So)

Zusätzlich zur Retreat-Pauschale können individuelle Akupunktur-Einzelsitzungen optional gegen 150,- Aufpreis hinzugebucht werden.

## **Inklusivleistungen im Posthotel Achenkirch**

- Reichhaltiges Frühstücksbuffet mit TCM-Buffer
- Vital-Lunch im TCM-Bademantelrestaurant BISTRO mit warmem 5 Elemente-Gericht
- Mehrgängige Wahlmenüs kombiniert mit exquisitem Dinner-Buffer am Abend und servierte Hauptspeisen von der täglich wechselnden Speisekarte aus der Gourmetküche.
- Posthotel Fitnesswelten Indoor und Outdoor auf 500 qm
- Betreutes Bewegungs- und Entspannungsprogramm
- Bade- und Saunalandschaft auf 7.000 qm
- Tiefgaragenstellplatz und Benützung der Autowaschanlage

## **Zahlungsinformationen**

Ihr Platz für das Retreat, ist mit der Buchung des Zimmers im Posthotel Achenkirch, sowie der Überweisung der Retreatpauschale von 650,- an die Retreatleitung gesichert. Bitte überweisen Sie die Retreatpauschale direkt an:

Wiebke Neuenfeldt | IBAN: AT802050303301913624 | BIC: SPIHAT22XXX

## **Kontakt**

www.drwiebkeneuenfeldt.com | wiebke.neuenfeldt@gmail.com

## **Information und Buchung**

POSTHOTEL ACHENKIRCH, Obere Dorfstraße 382, 6215 Achenkirch am Achensee, Tirol, Austria  
T +43 5246 6522, info@posthotel.at, www.posthotel.at