

WIE

In der wunderschönen Berglodge37 hoch über dem Urnersee **inmitten der Natur** erwartet dich ein umfangreiches Programm rund um das Thema Darmgesundheit.

Der Darm, die Verdauung und das Mikrobiom spielen eine wichtige Rolle für unsere Gesundheit. Es erwarten dich Vorträge und praktische Tipps für den Alltag.

Es sind auch Tage für **deine persönliche Auszeit**. Weit weg vom Alltag. Es steht dir jederzeit frei, die Zeit in der Natur oder im Wellness zu verbringen.

Du wirst persönlich durch Sonja und Katrin betreut. Falls gewünscht besteht die Möglichkeit für **individuelle Termine**, Analysen, Therapiekonzepte und Massagen.

Melde dich für mehr Informationen bei uns.



WO

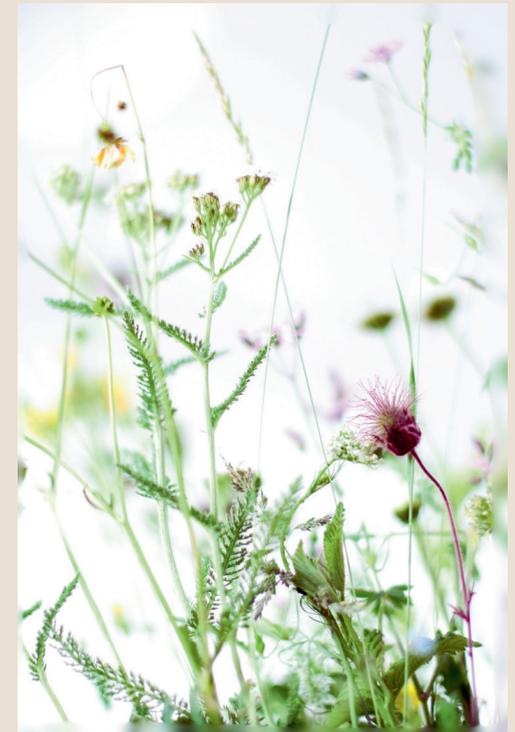
BERGLODGE37

Eggberge 13
6460 Altdorf

www.berglodge37.com

TEN RETREAT

DARMGESUNDHEIT FÜR FRAUEN



18. - 21. JUNI 2026

IN DER BERGLODGE37

WAS

- 1 Vorträge zu Darmgesundheit, typgerechte Ernährung, Detox, Mikronährstoffe, Darm-Hirn-Achse & Vagusnerv
- 2 Workshops zu Wildkräuter, Wickel, Heilpflanzen, Körper- & Atemübungen
- 3 Visualisierungen & Meditationen
- 4 Auszeit - spazieren, wandern, wellnessen, lesen, entspannen...
- 5 Persönliche Termine für Beratung, Irisdiagnose, Blut- & Mikrobiomanalysen & Massagen - Krankenkasse anerkannt



WANN

Do 18. - So 21. Juni 2026

kleine Gruppe von max. 15 Frauen

KOSTEN

CHF 1'780.-

Einzelzimmer, Vollpension, Vorträge, Workshops & Workbook

ANMELDUNG

per **E-Mail** an:

mail@sonjaborner.ch

info@naturarche.ch

bis spätestens am 30.11.2025

Traditionelle Europäische
Naturheilkunde **TEN** &
Moderne Wissenschaft
im Einklang

WER

KATRIN



Naturheilpraktikerin **TEN** mit eidg. Diplom -
Waldbadende, Kräuterfrau, Emanzipatorin,
Leseeule, Londonerin im Herzen, Tierfreundin
und Schneeliebhaberin . www.naturarche.ch

SONJA



Naturheilpraktikerin **TEN** mit eidg. Diplom -
Bergliebhaberin, Kräutерhexe, Bücherwurm,
Rhythmusgeberin, Gastgeberin, Organisatorin
und Seelenreisende. www.sonjaborner.ch