

Das Hotel

Hotel Paladina

Das Paladina liegt auf knapp 400 Meter hoch über dem Luganersee. Unser Gelände, das über 85000 m² gross ist, bietet eine herrliche Aussicht auf See und Berge, viel Ruhe, einen gepflegten Park mit südländischer Flora, einen Rebberg und einen geheizten Swimmingpool.

Die zentrale Lage ist ein idealer Ausgangspunkt für geniale Bike-Touren.

Unsere Küche ist frisch, saisongerecht und mit südländischem flair

Selbstgemachte Teigwaren, ofenfrisches Brot, Früchtekonfitüre und erfrischende Obstsafts aus dem eigenen Garten kommen auf den Tisch. (Lunch für unterwegs kann für CHF 15.– jeweils täglich bestellt werden)



Kosten

Je nach Zimmer-Kategorie ist das HP-Arrangement pro Person im:

- Doppelzimmer CHF 320.– bis 520.–
- Einzelzimmer CHF 380.– bis 600.–

Im Zimmerpreis inbegriffen:

- 4 Übernachtungen im schönen Hotel Paladina, Zimmerkategorie nach Wahl
- Frühstücksbuffet und schmackhaftes Drei-Gang-Abendmenü
- Beheiztes Schwimmbad und vieles mehr
- Wein-Degustation
- Paladina-Rahmen-Programm (Filme, Wort-Zum-Tag, evtl. Aerobic & Lebensberatung etc.)
- Geführte Ausflüge nach Luino, Wanderung Morcote-Carona
- Probier-kyBoot
- Professionelle kybun-Beratungen
- Kurtaxen



Genussvolle

Wandertage im Tessin

mit kyBoot – dem Schweizer Luftkissenschuh

Montag, 14. - Freitag, 18. März 2016

Montag, 11. - Freitag, 15. April 2016

Montag, 12. - Freitag, 16. September 2016



walk-on-air im Ticino

Das Gefühl von weich-elastischem Boden

Die kybun MechanoTherapie nach Karl Müller ist eine Erfahrungswissenschaft, welche die gesundheitsfördernde und schmerzlindernde Bewegung auf weich-elastischem Untergrund erkannt hat. Der Thurgauer Ingenieur hat zusammen mit seinem Team nach Jahren des Forschens und Entwickelns Produkte vorgestellt, die es ermöglichen, das Wohlfühl und die Wirkung des Naturbodens in den Alltag des Menschen zu holen.

Das Stehen auf dem Federboden kyBounder und das Gehen auf dem Luftkissen-Schuh kyBoot trainiert die Füße, richtet den Körper auf, entspannt die Muskeln, schont die Gelenke und verbessert die Venenfunktion.

Know-How aus der Schweiz

Mit ihren hochwertigen Produkten bietet die im Thurgauer Roggwil ansässige Firma kybun AG (kybun bedeutet «sich gut fühlen») alles an, um sich im Alltag – am Arbeitsplatz oder während der Freizeit – mit Freude zu bewegen.

Erleben Sie das kybun Bewegungskonzept für den Alltag

Sie erleben und geniessen während den Tagen im Hotel Paladina (www.paladina.ch), wie angenehm das Bewegen im kyBoot ist. Sie werden ihn bereits nach den ersten Schritten nicht wieder ausziehen wollen! Während Ihrem Aufenthalt erklärt Ihnen ein Fachexperte von kybun in Kürze alle interessanten Hintergründe und Eckdaten der kybun MechanoTherapie. Zudem wird auf Ihr Gang- und Bewegungsmuster sowie auf Ihre Fragen rund um den Bewegungsapparat beratend eingegangen. Denn: Ein gesunder Körper steht auf starken Füßen!

Weitere Informationen unter www.kybun.ch.



Programm mit kybun Fachexperte

Montag

Individuelle Anreise ins Hotel Paladina, Welcomedrink um 17.30 Uhr auf der Panorama-Terrasse.

Abends: Einführungsvortrag «Mit kyBoot den Schmerzen davon laufen – hohe Beweglichkeit bis ins Alter»

Dienstag

Vormittag: Einführung in das Bewegungskonzept kybun & im Alltag

Nachmittag: Spaziergang mit kyBoot durchs Dorf oder am See mit Begleitung

Mittwoch

Tagsüber: Besuch Markt Luino (I) mit kyBoot / frei für eigene Ausflüge auf kyBoot

Abends: Individuelle Beratung

Donnerstag

Schiffahrt nach Morcote – Geführte Wanderung nach Carona mit kyBoot. Rückfahrt mit Bus+Bahn nach Pura.

Abends: kybun im Alltag – Tipps & Infos für mehr qualitative Bewegung

Freitag

Frühstück und danach individuelle Rückreise

Die Wanderrouten sind witterungsabhängig und können daher angepasst werden. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.



Anmeldung

Erfolgt über die Zimmerreservation und die Teilnahme an den Ausflügen ist im Preis bei Ihrem Ferienaufenthalt inbegriffen. Anmeldeschluss 7 Tage vor kybun-Woche. Geben Sie dabei Ihren Namen, Vornamen, Adresse, Ort, Alter und Schuhgrösse an. Besten Dank

Reservieren Sie sich frühzeitig einen Platz!

Hotel Paladina, 6989 Pura-Lugano

info@paladina.ch / T. +41 (0)91 61120 00 / www.paladina.ch