Ja, één week kan je leven veranderen!

Synergie

Fitreis 2022
Turkije
Hotel Perissia

5 – 12 november 2022: De klik naar een vitaal leven

Inspiratie voor de béste vorm op elke leeftijd!

TOTAAL NIEUWE BODY & MIND RESET DOOR SONJA EN MARC

Eigenlijk willen we allemaal hetzelfde: we willen volop genieten (ja, met nog een extra wijntje en ijsje om af te ronden), lekker bewegen zonder fanatiek te zijn en uiteraard: massa's energie en ons goed in ons vel voelen.

Fit zijn hangt niet af van je leeftijd, maar van je levensstijl. Je kan een Bourgondiër zijn en toch in vorm en fit door het leven gaan door de mentaliteit in je hoofd te veranderen! Een energetische levensstijl heeft alles te maken met willen en niets met moeten.

Alles begint tussen je oren. Elke poging om gezonder te gaan leven moet een bewuste keuze zijn met inzicht, anders verval je binnen de kortste keren in een radicale foert-mentaliteit.

Een blijvend resultaat start in je hart maar wordt vorm gegeven in je hoofd. Het is gebaseerd op de gezonde connectie met jezelf. Hierdoor ontwikkel je de kracht om te kunnen doen en laten wat je wilt. Dit klinkt heel eenvoudig maar er zijn vaardigheden voor vereist. De vaardigheden zijn niet moeilijk. Ze oefenen totdat ze automatisch verlopen dat is de uitdaging.

Sonja slaagt er elk jaar in om een vernieuwde uitgekiende mix van succestools in vitaliteit én stressmanagement aan te bieden. De topics die ze levendig en enthousiast overbrengt verruimen de blik op je leven en de rust in je hoofd! Door deze aanpak kan de fitreis voor de rest van het jaar nawerken.

- <u>Wat alvast aan bod komt:</u>
- Vernieuwende mentale strategieën om je innerlijke criticus het zwijgen op te lossen en zelf saboterend gedrag te stoppen.
- Het inzicht in je eigen gedachten en emoties. Dit is de basis om gedrag te veranderen en bijgevolg je resultaat te beïnvloeden.
- Het Synergie-systeem: dit is een pragmatische mix om gewoonten vast te zetten in rituelen die moeiteloos verlopen. .
- Het verband tussen je mooiste leven en goed voor jezelf zorgen.

Het einddoel van de Fitreis 2022 is terugkomen met een totale frisse blik op je leven, een fit gevoel in je brein, en je lichaam en een rustige ervaring in je ziel.

Wat mag je steeds verwachten van de Synergie inspiratiereis?

5 STERREN HOTEL

Een prachtig vijfsterrenhotel PERISSIA van de Paloma groep in de schitterende groene omgeving van SIDE aan de Middellandse zee. Om jou een onvergetelijke week te bezorgen laten we niets aan het toeval over. Alles is Synergie-Approved!
Bekijk de foto's en lees de impressies op Facebook Sonjakimpenfitreizen

PERSOONLIJKE TOPBEGELEIDING

Sonja Kimpen en Marc De Jonck.

Beiden zijn master in de bewegings-wetenschappen en hebben elk 35 jaar ervaring in het coachen van mensen. Sonja is bekend van haar bestsellers en inspirerende TV programma's en veel gevraagde motivational speeches.

Sonja geeft je 6 dagen een infuus van inspiratie. Geen saaie "lessen" maar sessies waardoor je goesting krijgt om dat wat je leert onmiddellijk toe te passen. Vakkennis is haar passie, humor is haar manier van coachen.

Marc is auteur van het boek "Stevig in je lichaam" en gespecialiseerd in alle soorten groepslessen. Als docent methodiek en didactiek aan de VUB afdeling kinesitherapie wéét hij steeds het béste uit ieders lichaam te halen op een haalbare manier. Marc zorgt dagelijks voor de bewegingslessen. Je krijgt een breed en gevarieerd aanbod gaande van Pilates, Yoga, BBB, Fatbruner, Nordic Walking, Crosstraining, Aquarobics, zwemmen en zen-zee-zwem,

Arne Vanhaecke is onze vaste groepsleider. Hij begeleidt jou van Zaventem naar Turkije en terug. Met zijn typische positieve vibe en muzikale noot.

Vrijblijvende adventure uitdaging!
Klein supplement voor deelnemers.

Hét Synergie Systeem!

Een échte body- en mindreset.

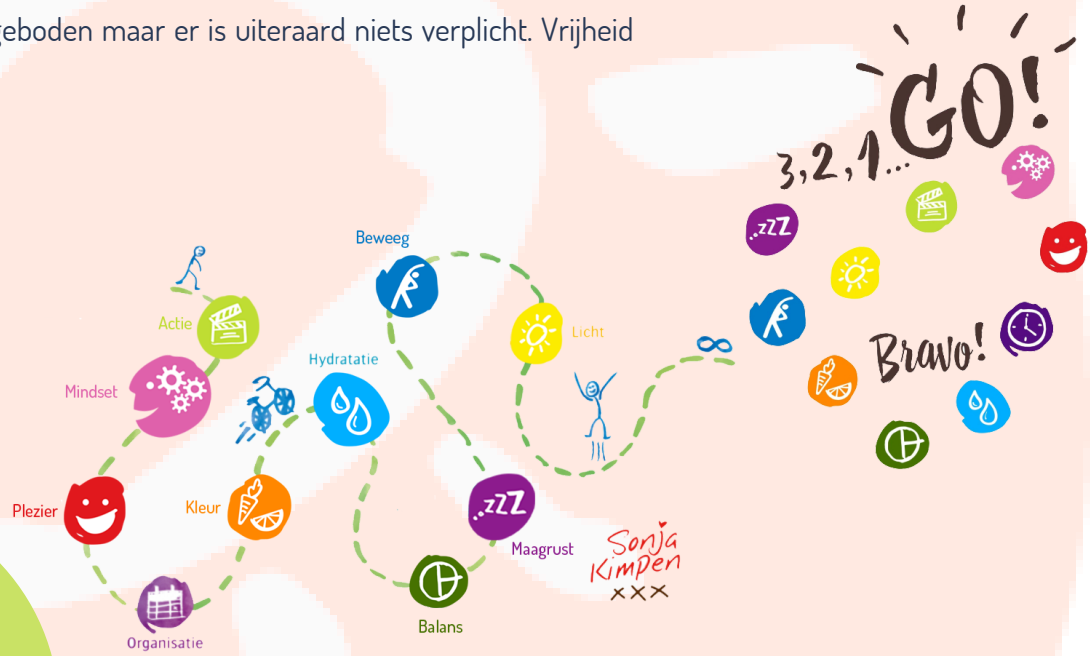
Sonja's coachmethode is een manier van denken met strategieën en acties die jouw gereedschapskist zijn om te genieten van je beste vorm.

De fitreis wordt reeds 10 jaar ingericht. Sonja is steeds bij met de nieuwste wetenschap en heeft de gave die op een begeesterende wijze toegankelijk over te brengen. Zo blijft élke reis vernieuwend en zal nog weken nazinderen!

We bellen je graag vrijblijvend op om je behoeften en wensen te toetsen zodat jij 100% zeker weet of deze reis voor jou een topbeslissing is.

Een extra bijzondere méérwaarde aan de fitreis is de vriendschap die je zal ervaren van een groep gelijkgestemden mensen. Er is voldoende tijd voor privacy maar ook de plus van leren van elkaar!

Alle activiteiten worden aangeboden maar er is uiteraard niets verplicht. Vrijheid blijheid.



INZICHT VERANDERT JE LEVEN

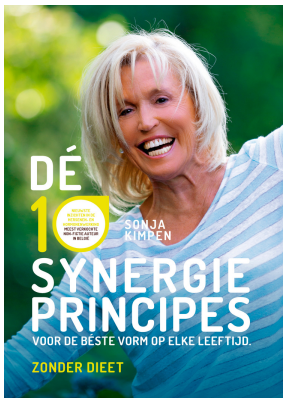
Dé Synergie inspiratiereis! Inbegrepen:

Geniet van de vroegboek korting (tot 25 juni 2022)

Kamer dubbel: 1.788euro met vroegboekkorting: 1.691 euro
Kamer singel: 1.916 euro met vroegboekkorting: 1.794 euro

Inbegrepen diensten:

- Vlucht heen en terug in economy class vanuit Brussel Zaventem Transfer luchthaven - hotel - luchthaven
- 7 overnachtingen All Inclusive
- Reisbevestiging en reisdocumenten
- Huidige luchthaventaksen en brandstof (bij verhoging van prijzen wordt dit doorgerekend door TUI)
- 20 kg bagage + 10 kg handbagage per persoon.
- 21 % BTW
- Reisbevestiging en reisdocumenten als groepsdossier inbegrepen. Wens je een aparte factuur of een upgrade kamer type, langer verblijven. Dan wordt het een individuele dossierkost met extra van fee 50 euro
- Reisbegeleiding vanuit Brussel tot aankomst hotel en terug
- Zeer gevarieerd ontbijt-lunch & dinner buffet.
- Tussendoor gezonde én ongezonde :-) versnaperingen
- Alle dranken (alcoholisch , niet alcoholisch) warm en koud bij eten en op alle momenten dag en avond.
- Badhanddoeken zwembad
- 3 boeken 2 hard copy worden opgestuurd. Dé 10 Synergieprincipes voor de beste vorm op élke leeftijd + kook je slank en fit + Digitaal gezond eten gemakkelijker dan je denkt.



Niet inbegrepen extra diensten:

- Persoonlijke uitgaven
- Vervoer naar en van luchthaven van Brussel Zaventem en eventueel parkeergeld
- **Eventueel extra luchthaven- en fuel taksen. Voor 36 euro heb je een FUEL Protection verzekering. In huidige tijden is dit wel écht aan te bevelen.**
- Excursies ter plaatse die niet tot het Fitreisprogramma behoren.
- Er wordt één vrijblijvende adventure groepsuitstap gemaakt met een beperkte bijdrage. Je kiest zelf of je wel of niet deelneemt.
- Reisverzekering of annulatieverzekering. Heb je dit niet kan je het ook afsluiten via Tui.
- Maaltijden of drank aan boord

ANNULATIE VOORWAARDEN

Als TUI beslist om niet meer naar een bestemming te vliegen omwille van oorlog, pandemie etc. dan betalen zij integraal terug of kan je ook kiezen om je reis om te boeken naar een andere bestemming.

Let wel : dit is enkel als de beslissing om niet meer te vliegen vanuit TUI komt. Indien de klant zelf beslist om niet af te reizen dan is er geen terugbetaling, in dit geval dient men beroep te doen op de annulatie verzekering (indien je deze neemt of hebt en komt de verzekering tussen beide als je om een geldige reden annuleert.

TUI heeft 2 annulatie verzekeringen : platinum of Allrisk, alle info, voorwaarden en kostprijs op https://www.tui.be/nl/annuleringsverzekering
Deze verzekering kan individueel afgesloten worden en tot maximaal 45 dagen vóór afreis

Informeer ook bij je bank of credit card provider

Het saldo van de reis moet betaald zijn voor 15 september 2022

WIJ KIJKEN NAAR JE UIT

Hoe concreet?

Synergie

Vul het inschrijvingsformulier in en stort 700 euro voorschot
Dit geeft jou de prijsgarantie (Vanaf Juli stijgen de hotelprijzen en vliegtuig prijzen) mét de vroegboekkorting!
Uiterlijk te betalen voor 25 juni

Deze reis is onder voorbehoud van onvoorziene maatregelen buiten de EU.

OPGELET:
Bij canceling van de vluchten of hotel krijg je 100% zeker je voorschot en of reiskosten terug!
In het geval Perissia niet zou openen is de bestemming Oceana of Foresta van de Paloma groep.

Geloven in een positieve toekomst is de enige manier om elke dag een positieve dag te beleven!

We handhaven het motto vrijheid, blijheid. Wij bieden veel opties aan maar het is jouw reis dus niets moet en alles mag.
Het is wel fijn te merken dat er een mooie verbinding ontstaat tussen de deelnemers wat ook je eigen groei en en evolutie bevordert!

Dé Synergie Inspiratiereis Inschrijvingsformulier

Ik schrijf in voor de fitreis 2022 in Paloma Perissia Turkije:

Van zaterdag 05-12 november 2022
All inclusive reis in Paloma groep Turkije ik wens de vroegboekkorting.

- een tweepersoonskamer van 1.691 euro p.p. naam kamergenoot : .....
- een eenpersoonskamer van 1.794 euro p.p.

Ik wil een fuel protection verzekering (36 euro) JA of NEE (In huidige omstandigheden écht aan te bevelen)

Stuur dit formulier ingevuld naar sonja.kimpen@synergie.be . Na ontvangst sturen wij je de praktische details voor storting voorschot en opvolging. Opgelet vroegboekkorting is uiterlijk geldig tot 25 juni 2022!
Reisbevestiging en reisdocumenten als groepsdossier zijn inbegrepen. Wens je een aparte factuur of een upgrade kamer type, langer verblijven. Dan wordt het een individuele dossierkost met extra van fee 50 euro

Naam en voornaam: (precies zoals op identiteitskaart voor het vliegtuigticket)

.....

Geboortedatum en plaats: (ook voor het vliegtuigticket)

.....

Adres: (ook voor het vliegtuigticket) .....

.....

Postcode: Gemeente:

.....

E-mail:.....GSM NUMMER.....

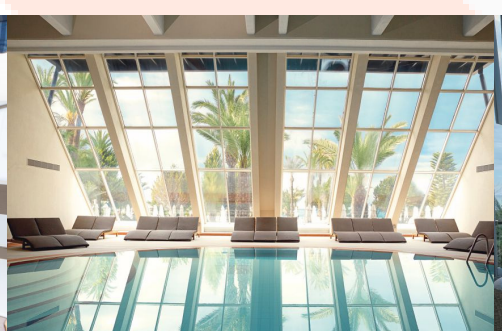
Nummer identiteitskaart of reispas waar je ook het visum mee zal aanvragen: .....

Handtekening: .....

Contactpersoon, e-mailadres en telefoonnummer in geval van nood:*

.....

Ik heb van de reis gehoord via Facebook, nieuwsbrief, website, affiche studio, andere:

.....

Via een enthousiasteling die reeds is mee geweest: naam: .....