

*Urlaub bei Freunden – Norddeutscher Humor vereint mit österreichischem Charme*



## Liebe Gäste, liebe Freunde/innen!

Studien zeigen, dass gelassene Menschen zufriedener, glücklicher und auch gesünder sind. Das Gute ist: Du kannst Gelassenheit lernen. Sie beginnt im Kopf und ist eine innere Einstellung. Finde heraus, wodurch dein Stress ausgelöst wird. Halte, wenn eine Stresssituation eintritt, kurz inne und atme tief durch. Du kannst Dich bewusst *gegen* den Stress und *für* die Gelassenheit entscheiden. Einfach wollen und zulassen. Haha, wir üben auch noch...



In diesem Sinne bieten wir so manch' *Neues* am Motzenhof.

Wir freuen uns, euch begrüßen zu dürfen!



**Der ORF kommt zu uns!**



## Wir haben Neuigkeiten:

WO DIE WELT NOCH IN ORDNUNG IST

### Herzstück



Das Magazin mit Inspirationen für Leib & Seele! Herzstück will zu einem kleinen Spaziergang verführen: Raus aus dem grauen Alltag und rein in die Welt der unverhofften Wunder und zarten Glücksmomente. Viel Spaß beim Genießen.

**Wir haben Herzstück für euch abonniert!**

### Yoga am Motzenhof

Im Juli/August bieten wir euch die Möglichkeit, im Urlaub innezuhalten, abzuschalten und dem Körper etwas Gutes zu tun! Wir freuen uns, Maria P. vorzustellen. Maria wird bei uns am Hof wertvolle Yoga-Stunden anbieten. Seid dabei: **freitags 8 bis 9 Uhr unterm Walnussbaum!**

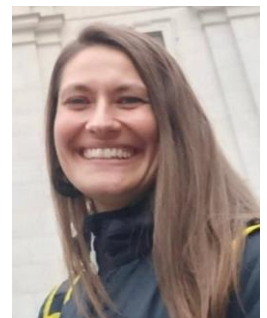
10 € je Std



### Kleiner Gesundheits-Check am Motzenhof

Das Beste aus der Natur für Körper, Geist und Seele bietet NAHRIN. Egal ob Völlegefühl, schwaches Immunsystem, Gelenk- oder Kopfschmerzen, Reiseapotheke, Sonnenpflege oder Gewürze. *Nahrin ist aus meinem Alltag nicht mehr wegzudenken*. Ich bin absolut begeistert! Wir vereinbaren für Euch gern einen individuellen Beratungstermin mit Maria D., gelernte Apothekerin.

**Lasst Euch von der Natur helfen und von Nahrin überzeugen!**



### Neues Freilaufgehege



Wir schaffen Platz für unsere Kleintiere, damit auch sie sich frei entfalten können!



**Urlaub im vielfältigen SalzburgerLand - Sommer wie Winter eine Reise wert.**

Schaut's doch mal rein: [www.motzenhof.at](http://www.motzenhof.at)

### *Bleibt fröhlich und kommt*

*eure Familienzeit bei uns genießen.*

Alles Gute sagen die *Motzenbauern*

*Sibylle & Toni mit Anton & Helena Krispler*

