

# MEN ONLY - EINFACH & SCHNELL FIT WERDEN MIT SIMON MATHIS 09.06. - 13.06.2021 & LADIES SPECIAL 09. - 13.06.2021

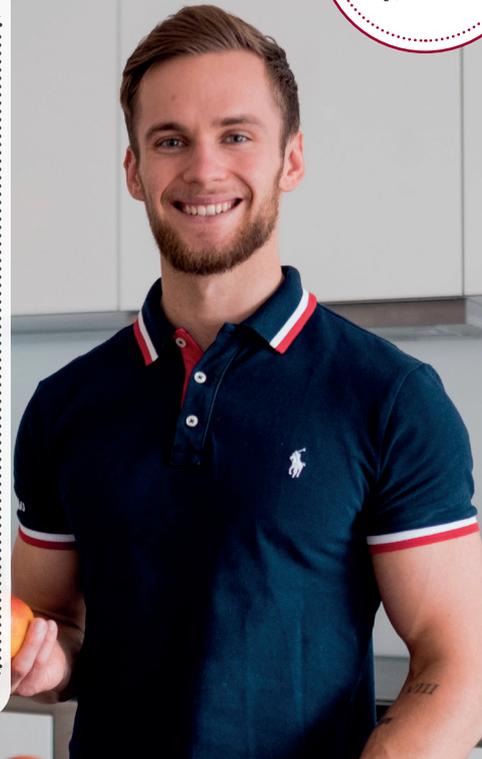
**STOCK**   
**feeling**

STOCK  
HIT  
WOCHE

Für Männer mit herausforderndem Alltag, die Kilos loswerden und mehr Energie haben wollen.

Simon Mathis gilt als einer der bekanntesten Ernährungs- und Fitnessexperten im deutschsprachigen Raum und hat bereits über 400 hochbeschäftigten Männern erfolgreich geholfen, ihr Bauchfett loszuwerden – und mit seinem simplen Vier-Schritte-Konzept nachhaltig zur Wohlfühlfigur zu finden. Denn gerade wenn Ihr Alltag sehr voll und fordernd ist, sind die Tipps von Simon Mathis genau richtig für Sie. Ohne viel zeitlichen Aufwand und ohne strenge Diät, dafür mit Fitness für zu Hause, Entspannungstechniken für Hochleister und einer neuen Beziehung zum Essen gelingt es, Ihre Körperziele zu erreichen. In diesen drei Seminartagen im STOCK resort gewinnen Sie einen komplett neuen Einblick in das Thema Abnehmen und verstehen, wie Sie trotz anstrengendem Job und Verpflichtungen die lästigen Polster dauerhaft loswerden.

Und auch Ihre Begleiterin wird sich freuen: In dieser Zeit erwartet alle Damen unser STOCK Wellness Special.



## PROGRAMM – MEN ONLY / 09. - 13.06.2021

### MI, 09.06.2021

21.00 Uhr

Come together in der Kaminlounge

### DO, 10.06.2021

10.30 – 11.30 Uhr

15.00 – 16.00 Uhr

Vortrag: „Grundlagen des Abnehmens“ | im Energieraum  
Wir nehmen das Nachmittagsbuffet unter die Lupe - Schritt für Schritt wird beleuchtet, wo die größten Fehler gemacht werden und wie man diese umgehen kann. | Treffpunkt Rezeption

### FR, 11.06.2021

09.30 – 10.30 Uhr

Warum ist Muskelaufbautraining genau das Richtige?  
Gemeinsame Sporteinheit mit praktischen Übungen für zu Hause | Treffpunkt Fitnessstudio

16.30 – 17.30 Uhr

Vortrag: „Schlaf, Stress und Regeneration“ | im Energieraum

### SA, 12.06.2021

10.30 – 11.30 Uhr

Tipps & Tricks für effizientes Training an der frischen Luft ohne teure Sportgeräte | Treffpunkt Rezeption  
Vortrag: „Deine Beziehung zum Essen - warum du bisher in alte Muster zurückgefallen bist!“ | im Energieraum

16.30 – 17.30 Uhr

## LADIES SPECIAL / 09.-13.06.2021

4 Übernachtungen inkl:

- Welcome Package mit Schokofrüchte & Secco rose für einen genussvollen Start am Zimmer
- Täglichem Vitalprogramm mit dem STOCK-Fitness Team
- (E)- Bike & Yoga – geführte Tour mit den E-Bikes auf den Penken inkl. Yoga-Einheit

### STOCK Diamond – SPA Special:

- o STOCK Diamond Gesichtsbehandlung 50 min
- o Körper-Effekt-Behandlung 75 min
- o Ganzkörper-Massage 50 min



## UNSER ANGEBOT MENS ONLY

4 Übernachtungen inklusive  
Wellness - Verwöhnpension,  
Vitalmassage 50 min., allen Stock  
Inklusivleistungen, und dem  
Wochenprogramm

KDZ Penken € 1.266,- p. P.  
(Preise pro Person und Aufenthalt)

(Pauschale in allen Kategorien buchbar,  
Programm- und Preisänderungen vorbehalten.  
Leistungen nicht abwendbar oder bar auslösbar!)

## UNSER ANGEBOT LADIES SPECIAL

4 Übernachtungen inklusive  
Wellness - Verwöhnpension,  
allen Stock Inklusivleistungen,  
und dem Wochenprogramm

KDZ Penken € 1.360,- p. P.  
(Preise pro Person und Aufenthalt)

(Pauschale in allen Kategorien buchbar,  
Programm- und Preisänderungen vorbehalten.  
Leistungen nicht abwendbar oder bar auslösbar!)

**STOCK** resort t: +43 . 5285 . 6775  
6292 Finkenbergrain 142 e: urlaub@stock.at  
Zillertal / A w: stock.at