

# Meerfit Mallorca

24.05. - 31.05.2025

Entdecke die Meerfit Woche im exklusiven Hotel Viva Mesquida Suites and Spa – Deine ultimative Fitness-Mental-Reise!

Erlebe eine unvergessliche Woche voller Erholung, Bewegung und Entspannung inmitten wunderschöner Natur.

Unser Wohlfühl-Hotel Viva Mesquida Suites and Spa, empfängt uns zu einer einzigartigen Meerfit Woche, die Körper und Geist in Einklang bringt.

## Meerfit Paket

- Ab fünf Tagen morgens und abends eine Finesseinheit
- Von "Healthy Back" über "NATURALFLOW-Mobility" bis HIT und FUNCTIONALFIT
- Persönliches Impuls-Coaching (15 Min)
- Inspirierender Vortrag "Mentale Stärke"
- Ich-Zeit
- Zeit für Gespräche
- **540,00 €**

Investition gesamt:  
ca. 2000,-€  
variiert je nach Flugpreis/  
Einzel-Doppelzimmer

**Bonus:**  
30 Min. Massage  
inklusive

## Flug

Buche Deinen Flug selbst oder über unser Partner-Reisebüro bei [info@palmareisen.de](mailto:info@palmareisen.de)

## Hotel und Verpflegung

- Junior Suite in der Doppelbelegung All Inklusive pro Nacht: **128,- €** / Für 7 Tage: 897,- €
- Junior Suite als Einzelbelegung. All Inklusive pro Nacht: **166,- €** / Für 7 Tage: 1162,- €
- **All Inklusive** = Frühstück, Mittag + Abendessen inkl. aller Getränke, Kaffees, Pool Bar, Snacks, Cocktails etc., 1 x Spezialitätenrestaurant.
- Exclusive Touristensteuer.
- **Bonus:** 30 Minuten Massage im Balineum Spa gratis!
- Buchung über unseren Kontakt

## Transfer

Der Transfer dauert ca. 1 Stunde und kostet **ca. 120,- €** (Stand 2024) für bis zu 4 Personen im Taxi. Wir helfen bei der Organisation.

# Meerfit



**Meerfit Paket:  
540,- €**

## Deine Meerfit Woche

Eine harmonische Verbindung aus Fitness, Entspannung, Spaß und Natur erwarten Dich.

Tauche ein in eine Woche voller unvergesslicher Erlebnisse und erfrische Deinen Körper und Geist.

Hast Du auch das Gefühl, dass Du zu wenig Zeit für Dich selbst hast? Dass Du zu viel arbeitest und Du Dich zu wenig um Deine Gesundheit kümmerst? Dann bist Du hier genau richtig. Denn diese Woche steht ganz im Zeichen Deiner Gesundheit!

An 5 Tagen erwarten Dich je zwei Fitnesskurse morgens und abends à 60 Minuten. Morgens etwas Ruhe mit Rückentraining und Faszientraining, abends mehr Power mit FUNCTIONALFIT oder Hiit. Yoga am Sandstrand mit Blick aufs Meer lässt Dich zur Ruhe kommen.

Neben den sportlichen Aktivitäten gibt es auch ein persönliches Impuls Coaching zu mentalen, Mindset Themen für mehr Gelassenheit und Energie im Alltag. Ein Vortrag zum Thema mentale Fitness rundet das Programm ab.

Die Meerfit Woche ist auf maximal 15 Teilnehmer begrenzt. Es ist die ideale Gelegenheit, um den Stress abzubauen und endlich Zeit für sich selbst zu haben

**Buche noch heute  
und erlebe eine Reise, die  
Deine Sinne begeistert**

- Ab fünf Tagen morgens und abends eine Finesseinheit
- Von "Healthy Back" über "NATURALFLOW-Mobility" bis HIT und FUNCTIONALFIT
- Persönliches Impuls-Coaching (15 Min)
- Inspirierender Vortrag "Mentale Stärke"
- Ich-Zeit
- Zeit für Gespräche
- 540,00 €

**Buchung:**

[info@johannafellner.de](mailto:info@johannafellner.de)



# Meerfit Mallorca

## Hotel Viva Mesquida Suites & Spa adults

*jf*  
JOHANNA FELLNER  
Fitnessexpertin und Coach

**Buchung direkt  
über unseren  
Ansprechpartner!**

Fernab vom Massentourismus und umgeben von üppiger Vegetation erwartet Dich eine Oase der Ruhe.

Genieße die malerische Schönheit unserer Anlage und entspanne am traumhaften Strand.

Erlebe Komfort in unseren großzügigen Suiten, die für Dein Wohlbefinden gestaltet wurden.

Genieße frisches, gutes Essen und entspanne im Balineum Spa. Für Dein ultimatives Wohlbefinden kannst Du Dich bei einer 30 minütige Massage von unseren professionellen Masseuren verwöhnen lassen.

Freu Dich auf abendliche Light-Entertainment-Shows, darunter Bands, Sänger und mitreißende Tanzshows.

Für zusätzliche Bewegung kannst Du das Sportprogramm des Hotels nutzen.

**Bonus:  
30 Min. Massage  
inklusive**

**Buchen:**

Mail an:  
[miquel.pericas@hotelsviva.com](mailto:miquel.pericas@hotelsviva.com)

Vorab Fragen bitte an mich!  
Bitte erst den MEERFIT Platz bei mir anfragen, dann Hotel buchen.

# Meerfit Mallorca



*jf*  
JOHANNA FELLNER  
Fittnessexpertin und Coach



## Unterhaltung und Fitness

Freu Dich auf abendliche Light-Entertainment-Shows, darunter Bands, Sänger und mitreißende Tanzshows.

Für zusätzliche Bewegung kannst Du das Sportprogramm des Hotels nutzen.

## Aktiv sein und die Natur erkunden

Unternimm unvergessliche Küstenwanderungen entlang atemberaubender Panoramen oder genieße eine Reittour durch die Landschaft.

Für Entdecker gibt es die Möglichkeit, faszinierende Höhlen zu besichtigen und die Insel mit einem Mietwagen zu erkunden.

Schau gerne auf meinen  
Instagram  
und YouTube Kanälen  
vorbei.

## Q & A

### Habe ich auch Zeit für mich?

Ja, mir ist wichtig, dass Du auch Ich-Zeit hast und Deinen Urlaub genießt wie Du das möchtest.

### Ich reise alleine, ist das ok?

Ja klar. Du bist vor Ort auch nicht alleine. Wir trainieren und essen gemeinsam. Für Aktivitäten finden sich immer Gleichgesinnte.

### Wie fit sollte ich sein?

Ich unterrichte komplexere Bewegungen in verschiedenen Schwierigkeitsstufen, so dass das Programm für sportliche Einsteiger bis Fortgeschrittene geeignet ist. Wenn Du aktuell nicht trainierst, macht es Sinn, dass Du Dich vorbereitest, um Spaß zu haben.

### Ist das was für Männer?

Ja, das Programm ist Männer-Kompatibel.

Du hast noch Fragen oder möchtest Dich anmelden?

### Schreib mir:

Name, Adresse, Mobil Nummer an:

[info@johannafellner.de](mailto:info@johannafellner.de)