



## HERZLICH WILLKOMMEN!

Mein Name ist Michaela Arzt und ich bin Inhaberin des Cafe Schilling. Unser Restaurant ist fester Bestandteil in Böblingen und feiert dieses Jahr sein 20. Jubiläum.

Ein hoher Wohlfühlfaktor steht für unsere Gäste an erster Stelle. So sind wir stets auf der Suche nach neuen Ideen und genussvollen Entdeckungen.

### NEU - SCHILLING GOES GOZO

Neue Ideen und Eindrücke lassen sich am besten auf Reisen gewinnen. So haben wir uns auf diesem Weg in eine kleine Mittelmeerinsel verliebt. Die Vielfalt der frischen, wildwachsenden Kräuter und Blumen, die Ruhe und Entspannung auf Gozo haben uns begeistert. Daraus haben wir neue Ideen für unsere Gäste kreiert.

Unsere langjährige Philosophie tragen wir auch hier weiter. Wir wollen unseren Gästen neue Gerichte zaubern die frei von Zusatzstoffen, Ursprungsnah und mit Wohlfühlfaktoren verbunden sind. Genuss, Erholung, Entspannung - das ist Gozo.

Lassen Sie sich von dem Charme begeistern. Auch auf unserer Webseite finden Sie weitere Informationen über unsere „SCHILLING GOES GOZO“-Reisen.

Ich freue mich, Sie persönlich auf der kleinen Sonneninsel kennenlernen.

Ihre *Michaela Arzt*



## GESUND DURCHS JAHR IM CAFE SCHILLING

Kompote, Hirse, Polenta, warme Suppen, Quinoa & andere Elemente aus dem Ayurveda & der TCM

GENESSEN SIE DAS  
„ETWAS ANDERE FRÜHSTÜCK“

### AYURVEDISCHES FRÜHSTÜCK

Immer am ersten Wochenende im Monat  
- Genaue Termine finden Sie auf unserer Webseite -



### GRÜNE WOCHEN IM SCHILLING

Wildkräuter-Risotto | Feta-Kräuter-Dip | Grüne Smoothies  
Wiesen-Kräuter-Butter & vieles mehr

VIEL GRÜNES & FRISCHES AUF UNSERER SPEISEKARTE,  
SOLANGE DIE WIESEN BLÜHEN



Charlottenstraße 4  
71032 Böblingen  
[www.cafe-schilling-restaurant.de](http://www.cafe-schilling-restaurant.de)

CAFESCHILLINGBB



NEU

SCHILLING  
GOES GOZO





## ERLEBE DEN CHARME DER INSEL GOZO!

Im Mai und Oktober 2018 bietet das Cafe Schilling seinen Gästen kulinarische, sportliche, historische & entspannende Wochen-Kurse auf der Mittelmeerinsel Gozo an.

Nehmen Sie sich eine Auszeit aus der heutigen schnelllebigen Zeit und erleben Sie eine Reise der besonderen Art.

Fliegen Sie gemeinsam mit unserem „**SCHILLING GOES GOZO**“-Team und lassen Sie sich von der Sonneninsel mit seiner wunderbaren Landschaft und deren Geschichte verzaubern.

Herzlich empfangen wird uns die Familie Janoschka, die seit Jahren auf der Mittelmeerinsel lebt. Gemeinsam werden wir Sie den Alltag vergessen und die Sonne, das Meer, die Ruhe und Vielfältigkeit der Insel Gozo spüren und genießen lassen. Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches, gesundes und aktives Programm.

Wir freuen uns darauf mit Ihnen den Charme der Insel Gozo zu entdecken.

Ihr **SCHILLING GOES GOZO**-Team

### UNSERE PARTNER & ORGANISATOR

HOME GOZO Bed & Breakfast | Familie Janoschka  
[www.janoschka-partner.com](http://www.janoschka-partner.com)



## YOGA | WANDERN | GENUSS

Nehmen Sie sich die Zeit, Konzentration auf sich selbst, üben und entspannen, sich bewegen, gemeinsam essen und sich wohl fühlen. Einfach einige Tage Meeresluft schnuppern.

Gemeinsam starten wir mit Yoga-Trainerin Sedef Routon in den Tag. Ihr modernes dynamisches **VINYASA YOGA** vermittelt uns ein neues Körpergefühl. Mit ihrem Training entsteht ein harmonischer Energiefluss für Körper und Geist.

Lassen Sie sich von der kleinen Sonneninsel auf herrlichen Wanderungen und Spaziergängen verzaubern. Erleben Sie die Natur neu. Natürlich darf ein Ausflug nach Malta nicht fehlen.

Eindrücke der Tage und Erlebnisse lassen sich am besten bei einem guten Essen in gemütlichem und gozitanischem Flair austauschen und den Tag abschließen.

### ERLEBE GOZO!

### JETZT BUCHEN

#### YOGA-SPORT-GENUSSREISE

12. Mai - 19. Mai 2018 ab 990,- € p. Person  
weiteres Termin im Oktober

Im Preis enthalten: Transfer vom/zum Flughafen inkl. Fähren-Überfahrt, 7 Übernachtungen mit Frühstück bei GOZO HOME - Bed & Breakfast (inkl. Handtücher & Bettwäsche), 6 gemeinsame Abendessen, 6 x 1,5h Yoga-Einheiten, organisierte Wanderungen & Spaziergänge, Transfer Malta + Halbinselsticht

Weitere Informationen: [www.cafe-schilling-restaurant.de](http://www.cafe-schilling-restaurant.de)  
Buchung Sie bitte bei unserem Partner: [www.janoschka-partner.com](http://www.janoschka-partner.com)

Die Reiseveranstalter: [www.schilling-mund-tourismussachen.com](http://www.schilling-mund-tourismussachen.com) / [www.schilling-mund-tourismussachen.com](http://www.schilling-mund-tourismussachen.com) / [www.schilling-mund-tourismussachen.com](http://www.schilling-mund-tourismussachen.com)



## KOCHEN | GENUSS | BEWEGEN

Sich bewegen und wohlfühlen, gemeinsam kochen und die Natur entdecken. Gerade im Herbst erblüht der unglaubliche Reichtum der Flora und Fauna Gozos - im Besonderen die Wildblumen und Kräuter.

Das Cafe Schilling hat auf seinen Reisen viele Anstöße und Ideen gesammelt, die wir alle mit einfließen lassen wollen.

Gern lassen wir Sie mit teilhaben, verarbeiten die frisch gesammelten Kräuter und kochen gemeinsam leckere Gerichte. Mit der Kochart **AYUR-THAI** entdecken Sie eine neue Geschmacks-Welt.

Die Rezepte, Speisen und Gewürze werden in einem Kochbuch festgehalten, das jeder Teilnehmer mitnehmen kann. Neben den kulinarischen Erfahrungen werden wir gemeinsame Wanderungen rund um Gozo und Ausflüge nach Malta unternehmen. Man wird erstaunt sein, was diese Inseln alles zu bieten haben, historisch wie auch landschaftlich.

### ERLEBE GOZO!

### JETZT BUCHEN

#### KOCHEN-BEWEGEN-GENUSSREISE

im Oktober ab 990,- € p. Person  
Genauer Termin wird auf der Webseite bekannt gegeben

Im Preis enthalten: Transfer vom/zum Flughafen inkl. Fähren-Überfahrt, 7 Übernachtungen mit Frühstück bei GOZO HOME - Bed & Breakfast (inkl. Handtücher & Bettwäsche), 6 gemeinsame Abendessen, Kochkurse, organisierte Wanderungen & Spaziergänge, Transfer Malta + Halbinselsticht

Weitere Informationen: [www.cafe-schilling-restaurant.de](http://www.cafe-schilling-restaurant.de)  
Buchung Sie bitte bei unserem Partner: [www.janoschka-partner.com](http://www.janoschka-partner.com)

Die Reiseveranstalter: [www.schilling-mund-tourismussachen.com](http://www.schilling-mund-tourismussachen.com) / [www.schilling-mund-tourismussachen.com](http://www.schilling-mund-tourismussachen.com) / [www.schilling-mund-tourismussachen.com](http://www.schilling-mund-tourismussachen.com)