

Entspannungs- und Yoga-Wochenende mit Ayurveda im Biosphärenreservat Schorfheide-Chorin

Achtung: Terminänderung und Ortswechsel

Nachdem das Ayurveda- und Yoga-Wochenende im Frühjahr ganz wunderbar war, planen wir unser 2. Entspannungs- und Yoga-Wochenende mit Ayurveda.

Hast du Interesse, mit Gleichgesinnten in Entspannungstechniken, Yoga und Ayurveda einzutauchen?

Willst du an einem Retreat teilnehmen, dass deiner Seele guttut?

Dann komm mit ins Seminar- und Gästehaus „**Haus Neudorf e.V.**“ im Biosphärenreservat Schorfheide-Chorin, mit dem Pkw in ca. 90 km von Berlin aus zu erreichen.

"Gesund in den Herbst mit Entspannung, Yoga und Ayurveda"



Wo:

Haus Neudorf e.V.
Neudorf 9, 17268 Gerswalde
<https://hausneudorf.de>

Wann:

am 13.10.2023 von 16:30 Uhr
bis 15.10.2023 mittags

An diesem Wochenende erwartet dich:

- Yoga und andere Entspannungstechniken wie AT, PMR, Meditation
- Du lernst die Künste des ayurvedischen Kochens.
- Du erhältst Wissen über deine ayurvedische Konstitution und interessante Infos wie Ayurveda deiner Gesundheit guttun kann und du vitaler wirst.
- Natur pur, Ruhe und abendliche Runde am Lagerfeuer.
- Eine Gruppe (max. 15 TeilnehmerInnen) von gleichgesinnten Menschen, mit denen du viel Spaß und Freude haben wirst.

Buche jetzt bis **zum 08.09.2023 zum Frühbuche Preis von 330,00 €**, regulärer Preis danach 400,00 €.

Im Preis enthalten sind:

- 2 Übernachtungen (in 1-4 Bettzimmern mit z.T. Gemeinschaftsbädern, **Einzelzimmerzuschlag € 20,00 pro Nacht**)
- Frühstück, Mittag und Abendessen nach Ayurveda
- Getränke (Kaffee, Tee und Wasser)
- Beiträge für Yoga, Reinigungs- und Entspannungstechniken



Anmeldung:



über Anne - post@wunderwuzzi.info oder www.wunderwuzzi.info



über Sandra - info@mondstein-yoga.com oder www.mondstein-yoga.com