

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

Nachdem die Ayurveda- und Yoga-Wochenenden im letzten Jahr ganz wunderbar waren, planen wir 2 weitere Entspannungs- und Yoga-Wochenenden 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 und entspannt mit Yoga und Ayurveda"



Wo:

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

Wann:

am 26.04.2024 von 16:30 Uhr
bis 28.04.2024 mittags
und
am 13.09.2024 von 16:30 Uhr
bis 15.09.2024 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, abendliche Runde am Lagerfeuer oder Cacao-Zeremonie.
- Eine Gruppe (max. 15 TeilnehmerInnen) von gleichgesinnten Menschen, mit denen du viel Spaß und Freude haben wirst.

Buche jetzt bis **zum 22.03. / 09.08.2024 zum Frühbucherpreis von je 330,00 €**, regulärer Preis danach je 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

Wir freuen uns auf dich!