

Yogawochenende

im stimmungsvollen Kloster
Oberbronn im Elsass

vom 12. – 14. Mai 2023



- mit Hatha-Yoga ganzheitlich entspannen, bewegen, eintauchen und genießen
- aktivierende und belebende Yogastunden
- aber auch sanfte und mit Klangschalen umrahmte Yogaeinheiten
- geschmeidige Faszien werden durch gezielte Dehnungen unterstützt
- wirksame Atemübungen erreichen ein Gefühl von Weite
- Gastfreundliches und aufgeschlossenes Kloster in den Nordvogesen, ca. 80 km von Offenburg entfernt
- freundlich eingerichtete Einzelzimmer mit Dusche und WC
- vegetarische Vollverpflegung
- Kursgebühr: € 150,00
(Bezuschussung durch gesetzliche Krankenkassen in Höhe von € 70,00 - € 150,00)
- Kosten für Übernachtung und VP: € 170,00 im EZ mit Du/WC
- Von Freitag, 12.5. / 16 Uhr bis Sonntag, 14.5. / 14 Uhr

„Leben ist das langsame AUSATMEN der Vergangenheit und das tiefe EINATMEN der Gegenwart, um genügend Luft für die ZUKUNFT zu haben“

Ich freue mich auf Dein Dabeisein - Alexandra