



Auszeit Frühlingserwachen

12.-14.04.2024

Yoga, Wandern und Waldbaden

Erlebe Dich

Erlebe die Gemeinschaft der Frauen

An diesem Wochenende nehme ich Dich mit in den wunderschönen Pfälzer Wald.

Der Wald - die Natur helfen Dir ganz bei Dir anzukommen.

Den Frühling genießen wir zusammen bei dieser wunderschönen Auszeit.

Ich unterstütze Dich mit verschiedenen Yogarichtungen, Waldbaden, Wanderungen, Meditationen, Impulsen, Jin Shin Jyutsu in der Gruppe und Zeit um einfach nur die Seele baumeln zu lassen.

Geplanter Ablauf, Änderungen sind möglich:

Freitag 12.04.24

10 Uhr Kennenlernen in der Natur bei Wandern und Waldbaden
ab 15 Uhr Zimmerbezug
16:30 - 17:30 Uhr Yogapraxis
18 Uhr Abendessen
20 Uhr Jin Shin Jyutsu

Samstag 13.04.24

8 Uhr Meditation und Yogapraxis
10:30 Uhr Brunch
13 Uhr Waldbaden je nach Wetterlage und
Zeit die Seele baumeln zu lassen
18 Uhr Abendessen
20 Uhr Yin Yoga

Sonntag 14.04.24

8 Uhr Meditation und Yogapraxis
10:30 Uhr Bruch und danach eine Abschlussrunde
13 Uhr Abreise oder die Möglichkeit zu einer Wanderung

Dein Energieausgleich: 140 €

+

Gebühr für Yogaraumnutzung: 45 €

+

Unterkunft und Verpflegung pro Teilnehmer:

- Übernachtung im Doppelzimmer (8 Zimmer verfügbar)

Gesamtpauschale inkl. Verpflegung 184 €

- Übernachtung im Einzelzimmer (7 Zimmer verfügbar)

Gesamtpauschale inkl. Verpflegung 212 €

-Übernachtung im Doppelzimmer als Einzelzimmer (8 Zimmer verfügbar)

Gesamtpauschale inkl. Verpflegung 238 €

Plus Wäschepaket 10 €

oder die eigene Wäsche mitbringen 0 €

Im Preis enthalten 2 Übernachtungen mit veganer Verpflegung (Wasser, Tee, Yogi-Brunch und Abendessen) und alle Angebote von mir.

Es besteht eine Mitfahrgelegenheit ab Ober-Olm.

Anmeldungen an Happyyogaflow@t-online.de

Infos zu mir und der Auszeit findest Du hier:

<https://www.happy-yoga-flow.de/auszeit>

Ich freue mich auf 3 tolle Tage mit Dir.

Simone Eckert

