

Zeit für mich

*Wohlfühl-Wochenende für Frauen,
8. bis 10. Mai 2020, Saig im Schwarzwald*





Bei sich selbst ankommen, Ruhe genießen, dem Körper Gutes tun mit Iyengar Yoga und ätherischen Ölen, lernen, Naturkosmetik selbst herzustellen. Das alles in einer Umgebung, die Erholung und Entspannung fördert: Grüne, saftige Wiesen und schwarzer Wald, ein Wohlfühl-Seminarhaus, das seinesgleichen sucht, und das wir ganz für uns alleine haben.

Wir werden 2 Gruppen mit jeweils 8 – 9 Frauen sein, die abwechselnd Yoga üben und in der wunderschönen Saiger-Lounge Küche am Werkeln sind bzw. erleben, wie ätherische Öle direkt auf den Körper wirken.

Die vegetarischen Bio-Mahlzeiten nehmen wir gemeinsam ein. Der Wellness-Bereich lädt abends zum Relaxen ein.

Wir beginnen am Freitag um 15:30 Uhr und enden am Sonntag gegen 14 Uhr mit einem gemeinsamen Abschluss in der Natur.

Der Yogaunterricht ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet und wird von Andrea Ketterer geleitet. Anke Braun führt in die Welt der ätherischen Öle ein und zeigt, wie man Naturkosmetik aus hochwertigen Zutaten zubereitet und somit Körper, Geist und Seele mit einfachen Hilfsmitteln unterstützen kann.

Anmeldung und Information:

yoga
mit links

Andrea Ketterer
info@yogamitlinks.de
Tel.: (0761) 290 92 09

Bankverbindung:

Commerzbank Freiburg
IBAN: DE03 6808 0030 0530 0666 01



Team:

Andrea Ketterer,
Iyengar-Yogalehrerin,
Dipl. Päd.
www.yogamitlinks.de

Anke Braun,
Coaching und ätherische Öle,
Dipl. Päd.
www.anke-braun.de

Ort:

Saiger Lounge,
www.saiger-lounge.de
Wohlfühl-/Wellness-Oase
im Schwarzwald

Termin:

08. – 10. Mai 2020

Check-in:

Freitag, 14.30 Uhr

Beginn:

15.30 Uhr

Ende:

Sonntag, gegen 14 Uhr

Leistungen:

2 Übernachtungen mit VP
vegetarisch, Bio
inkl. alkoholfreier Getränke
Yoga, DIY Naturkosmetik

Frühbucherrabatt*:

375 € im 3-Bett-Zimmer
410 € im DZ
455 € im EZ

Kosten:

415 € im 3-Bett-Zimmer
450 € im DZ
495 € im EZ

* bei verbindlicher Anmeldung
bis 10. April 2020