



»Auch das ist Kunst, ist Gottes Gabe,
aus ein paar sonnenhellen Tagen
sich soviel Licht ins Herz zu tragen,
daß, wenn der Sommer längst verweht,
das Leuchten immer noch besteht.«

(Johann Wolfgang von Goethe)

Yoga-Wochenende „Summertime“ auf dem Kalvarienberghof 31. Juli – 3. August 2025

„Summertime and the living is easy“ als Leitmotiv für das lange Yoga-Wochenende Anfang August. Wir üben drinnen und je nach Wetterlage in der Natur, kühlende und energispendende Asanas, Pranayama (Atemübungen) und Meditation. Wir schaffen Raum, gehen in Stille und in Kontakt nach innen. Nach der Yogapraxis am Morgen und dem gemeinsamen Frühstücksbrunch hast du Zeit für dich, nach was-auch-immer-dir-der-Sinn-steht (wandern, schwimmen, schlafen, lesen, nichts tun).

Zum Nachmittagstee/Snack bist du herzlich eingeladen, und ab 17 h üben wir eine regenerative wohltuende Sequenz. Die Abendessen werden vegan/vegetarisch frisch zubereitet und laue Sommernächte laden ein, Feuer zu machen und in die Sterne zu schauen ...

Der Seminarraum ist 90 qm groß,
hell mit Fußbodenheizung.
Bitte bring deine eigene Yogamatte
Korkklötze, einen Gurt,
1-3 Decken und ein Bolster mit.
Falls dir was fehlt,
melde dich bei mir.



Ankommen ab **Donnerstagnachmittag 16 h** mit einem Tee/Chai und Beziehen der Zimmer.
Von 17- ca.18.30 h regeneratives Yoga. 19 h Abendessen.
Das Yoga-Wochenende endet am Sonntagmittag nach dem Frühstücksbrunch mit einem gemeinsamen Abschluss (je nach Wetterlage drin oder draußen) gegen 13/13.30 h.

Kosten:

3 Nächte im EZ mit Bad, Yoga, Vollpension	550€ pro Person
3 Nächte im EZ, Waschbecken, Gemeinschaftsbad, Yoga, VP	530€
3 Nächte im DZ mit Bad, Yoga, VP	490€
3 Nächte im DZ, Gemeinschaftsbad, Yoga, VP	470€

Bitte eigenes Yoga-Material (Matte, Decke, 2 Klötze, Gurt, Bolster) mitbringen. Bei Bedarf kann ich Bolster gegen 10€ ausleihen.

Wer gerne in der Küche helfen möchte, bitte eine Schürze mitnehmen. Und für abends sind Spiele, Musikinstrumente, Liedtexte und weitere kreative Ideen willkommen.

Anreise erfolgt privat, bei der Bildung von Fahrgemeinschaften bin ich gerne behilflich, ca. 1 h Fahrzeit von Freiburg (www.kalvarienberghof.de)

Bei Fragen und Anmeldung ab sofort unter: info@yogamitlinks.de