CHRISTINE ZIEGLMEIER & DANIELA KRÄMER

YOGALEHRERINNEN BDY/EYU (ZERTIFZIERT BEI DER ZENTRALEN PRÜFSTELLE PRÄVENTION) & SVASTHA YOGA THERAPIE



MAN SOLLTE VIEL ÖFTER VON GANZEM HERZEN ETWAS TUN, DAS KEIN ZIEL HAT — KEINE EILE HAT — SICH NICHT LOHNEN MUSS.

WINTER SOMMER

12. BIS 14. FEBRUAR 2021 30. JULI BIS 01. AUGUST 2021

YOGA VON GANZEM HERZEN

- ohne Absicht
- mit liebevoller Akzeptanz
- mit großem Wohlwollen und Zuneigung für uns selbst.

So wollen wir uns im Winter der liebevollen Innenschau zuwenden und im Sommer von ganzem Herzen der Fülle unseres Lebens öffnen.

Zusammen üben wir klassischen Hatha Yoga mit individuell angepassten Asanas, Pranayama und Meditation.

Beide Wochenenden finden im Tagungs- & Erholungshaus der Barmherzigen Brüder in Kostenz statt. Ein idealer Ort, um abzuschalten und aufzutanken. Der wundervolle Klostergarten und der Wellness-Bereich bieten in den "Yogafreien" Zeiten die ideale Ergänzung.

Winter: 12. - 14. Februar 2021 Sommer: 30. Juli - 01. Aug. 2021

Freitags Anreise ab 14.00 Uhr Yoga 16.00 – 18.00 Uhr Abendessen

Samstags Yoga 7.30 – 8.00 Uhr Frühstück Yoga 10.00 – 12.00 Uhr Mittagessen Yoga 16.00 – 18.00 Uhr Abendessen

Sonntags Yoga 7.30 – 8.00 Uhr Frühstück Yoga 10.00 – 12.00 Uhr Mittagessen Seminargebühr: 210 €

zzgl. Doppelzimmer mit Du/WC/Tel./Fön mit Vollpension gesamt 179,50 € p. P. oder Einzelzimmer mit Du/WC/Tel./Fön mit Vollpension gesamt 183,50 € p. P.

Anmeldeschluss Winter: 07.12.20 Anmeldeschluss Sommer: 17.05.21 (Mindestteilnehmerzahl je 10 Personen)

Weitere Infos und Anmeldung:

Christine Zieglmeier yogamitananda@gmail.com 01 76 / 61 28 51 00 www.yogamitananda.com

Daniela Krämer einfachyogaweiden@gmail.com 01 76 / 96 83 59 32 www.einfachyoga-weiden.com

ERHOLUNGSHAUS BARMHERZIGE BRÜDER, KOSTENZ 1, 94366 PERASDORF WWW.BARMHERZIGE-KOSTENZ.DE



Verbindliche Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich an:
Winter 12 14. Feb. 2021 Sommer 30. Juli - 01. Aug. 2021
(gewünschten Termin und Zimmerbuchung bitte ankreuzen)
Name, Vorname
Straße, Hausnummer
PLZ, Ort
E-Mail
Handy-Nummer
Buchung eines Doppelzimmers zusammen mit
Buchung eines Einzelzimmers
Zimmerbuchung erfolgt über Christine Zieglmeier - Bezahlung erfolgt vor Ort Im Zimmerpreis ist die Nutzung des Wellness-Bereichs mit enthalten
Doppelzimmer mit Du/WC/Tel./Fön mit Vollpension gesamt 179,50 € pro Person Einzelzimmer mit Du/WC/Tel./Fön mit Vollpension gesamt 183,50 € pro Person
Die Seminargebühr pro Wochenende von 210,- Euro überweise ich bis spätestens 07.12.20 / 17.05.21 an Christine Zieglmeier, HypoVereinsbank München, IBAN DE05 7002 0270 0015 0305 89, BIC HYVEDEMMXXX Die Anmeldung ist gültig nach Zahlungseingang. Bezahlte Kursgebühren können bis zu 8 Wochen vor dem Retreat zurückerstattet werden. Danach wird die Gebühr fällig.
Mindestteilnehmerzahl: 10 Personen. Sollte die Mindestteilnehmerzahl bis 8 Wochen vor Seminarbeginn nicht erreicht werden, wird die Gebühr selbstverständlich zurückerstattet.
Haftungsausschluss: Die Teilnahme geschieht auf eigene Verantwortung. Etwaige gesundheitliche Probleme teile ich vor Seminarbeginn mit.
Datum/Unterschrift

Anmeldung bitte per Mail unterschrieben zurück an: yogamitananda@gmail.com

Rückfragen gerne an Christine unter 01 76 / 61 28 51 00, yogamitananda@gmail.com oder an Daniela unter 01 76 / 96 83 59 32, einfachyogaweiden@gmail.com

Daniela Krämer • www.einfachyoga-weiden.com Christine Zieglmeier • www.yogamitananda.com Yogalehrerinnen BDY/EYU (zertifiziert Zentrale Prüfstelle Prävention) mit Weiterbildung Svastha Yoga Therapie



