



Yoga & Achtsamkeits- tage

18.03. bis 21.03.2021

&

10.06. bis 13.06.2021



Wege zur inneren Kraftquelle mit Gerda & Priska

Diese Tage in Kombination mit Yogaeinheiten am Morgen und Bewusstseins & Achtsamkeitseinheiten am Nachmittag, sind eine wertvolle Möglichkeit Gutes für sich selbst zu tun. Den Körper durch Yoga sanft zu aktivieren und den Geist und Ihre Seele durch Meditationen, Übungen und Bewusstseinsimpulsen zum einen in die Ruhe und zum anderen zu stärken.

Ihr Körper ist ein Wunderwerk, ein wahres Kraftwerk von Energie, welche durch unser Leben manchmal verloren geht. Gerne begleiten Sie Priska Und Gerda durch diese Tage.



Inklusivleistungen

3 Wohlfühlübernachtungen inkl.
Gourmethalbpension
(Genießer-Frühstück und 5-
Gänge-Menü mit speziellen
kulinarischen Highlights)

Yoga-Ausrüstung
(Matte, Meditationskissen,
Yoga-Blöcke) werden kostenlos
zur Verfügung gestellt

3 Yoga-Stunden am Morgen
1 Yoga-Stunde am Nachmittag

Bewusstseins-Workshop &
Meditation mit Priska

Unser Highlight



EIN BACHBLÜTEN MASSAGERITUAL

Diese sanfte Ganzkörper-
Energimassage mit
wärmendem Mandelöl und den
von Ihnen intuitiv gewählten
Bach blüten-Essenzen, wirkt
sehr unterstützend und
harmonisierend auf der
psychisch-seelischen Ebene.