

2 Tage Yoga Retreat, mit Achtsamkeit & Meditation mit Christine Oppermann

Termine

20.-25.05.2023

17.-18.06.2023

25.-26.11.2023

09.-10.12.2023

Mach Dir ein Geschenk und gönne Dir eine kleine Yoga Auszeit mit Achtsamkeit, Meditation und Entspannung.

Du gehst bewusst aus Deiner gewohnten Umgebung heraus, um wieder in Deine Kraft zu kommen und Deinem stressreichen Alltag gelassen zu begegnen. Denn nur wer für sich und seinen Körper sorgt, kann auch für andere unterstützend da sein.

Von Samstag 10Uhr bis Sonntag 15Uhr wirst Du durch ein buntes vielseitiges Yoga & Meditations-Programm geführt und kannst gleichzeitig Deine Seele baumeln lassen.

Die Retreatgebühr beträgt 190Euro.
(Krankenkassenzuschuss möglich 75-150Euro)

Die Kosten 96 Euro für die Unterkunft im Einzelzimmer mit Vollpension, bis zum Mittagessen am Folgetag, werden vor Ort im Haus abgerechnet.

Es können Einzelzimmer und Doppelzimmer gebucht werden.

Der große geschlossene Garten auf dem Gelände des Priesterhauses bildet eine Oase der Besinnung und Regeneration. An diesem schönen Ort und in meinen Yogastunden tauchst Du ein, ins Innere und ins tiefe Erleben von allem was in Dir ist!

Detaillierter Angaben, wie Anfahrt und Ablaufplan findest Du auf meiner Homepage www.yoga-trikuti.de

Anmeldung über info@yoga-trikuti.de oder telefonisch unter 0163-3237410