



Herbst Yoga RETREAT

17.10. - 19.10.25

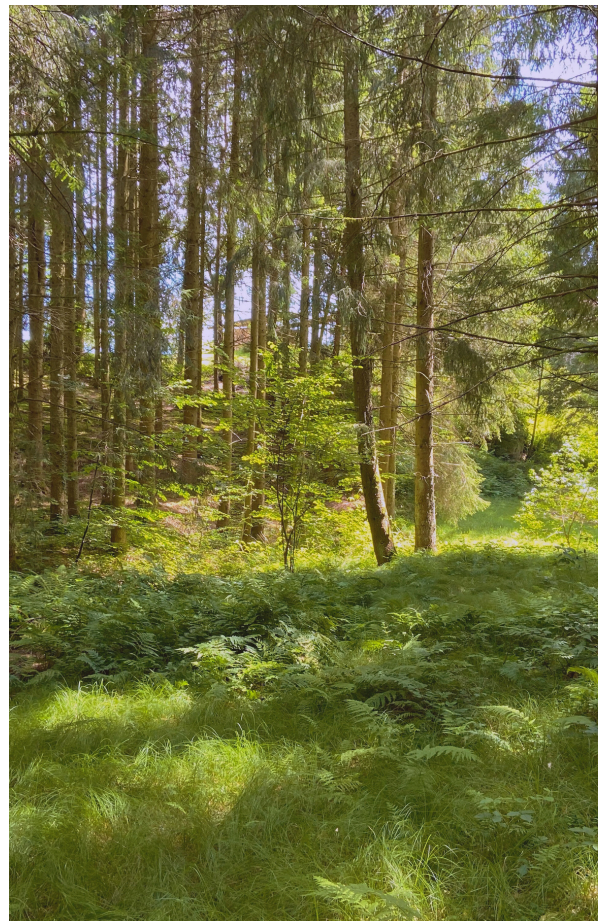
that's it

4 Yogaeinheiten mit jeweils 90-120 Min,
Meditation, Atemübungen, Kirtans und
ayurveda inspirierte Workshops

Zeit für ausgedehnte Spaziergänge, gute
Gespräche, eine Thai Yoga Massage
(extra) oder einfach nur Sein

Vegetarische/vegane Vollpension sowie
tagsüber Obst & Kaffee/Tee/Wasser

Unterbringung im DZ mit Einzelbetten





Tagesablauf

Freitag (Anreise)
Yoga, Abendessen, Workshop/Kirtan

Samstag
Meditation und Atemübungen, Frühstück,
Yoga, Mittagessen, Freizeit, Yoga bzw.
Workshop, Abendessen, Lagerfeuer,
Kirtan, gute Gesellschaft

Sonntag (Abreise)
Meditation und Atemübungen, Frühstück,
Yoga, Mittagessen

Programmänderungen vorbehalten

Verbringe ein Wochenende im
schönen Seminarhaus Saldenburg
im Bayerischen Wald und lasse
dich mit Yoga, Meditation, gutem
Essen, langen Spaziergängen und
bester Gesellschaft auf die Zeit
des Loslassens & des Wandels ein.

Preise

€ 300,-
"Hey, da bin ich sofort dabei"
Frühbucher bis 31.5.

€ 340,-
bei Anmeldung ab 1.6.

**WEITERE INFOS & ANMELDUNG UNTER
WWW.AYURVEDA-YOGA-BERGEN.DE
AYURVEDA_YOGA@WEB.DE
VERONIKA FÜRMANN**

