



YOGA AUSZEIT

centroilrisveglio.it

18. bis 25. April 2020



Eine Woche achtsam geleiteter Rückzug in Gemeinschaft in der Toskana

- täglich Atemübungen & Meditation
- täglich zwei Yogaklassen – vormittags & nachmittags
- Zeit für: Rückzug, Stille, Spaziergänge, Singen und Schweigen
- täglich drei Mahlzeiten – Bio & vegetarisch bzw. saisonales Essen
- Unterkunft in Einzel-, Zwei- und Dreibettzimmer, insges. 18 Personen
- ThaiYogaMassagen & Yogaeinzeltherapie vor Ort zubuchbar



Carolin Posselt
Yogalehrerin
Physiotherapeutin
yogafluss.de

Natur und Yoga sind meine größten Quellen,
um stets zu mir zurückzukehren.



Nicolle Ruhner (Nitya)
Yogalehrerin
Yogatherapeutin (i.A.)
sonnemonnd-yoga.de

Ich liebe es, mich zu bewegen, zu entspannen
und in die absolute Ewigkeit einzutauchen.

Kosten (Übernachtung, Vollverpflegung & Yoga)

pro Person im 3-Bett-Zimmer 750 €

pro Person im 2-Bett-Zimmer 780 €

pro Person im Einzel-Zimmer 850 €

An- und Abreise nicht im Preis inbegriffen



Infos & Anmeldung

Carolin 0152 33908305 | carolin@yogafluss.de

Nicolle 0178 1358098 | mail@sonnemonnd-yoga.de