



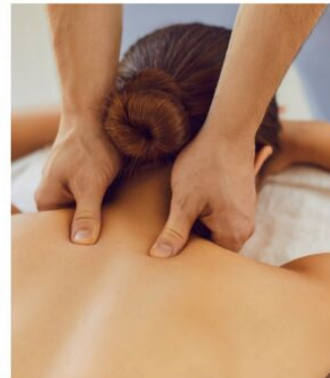
# YOGA

## *Retreat* 04.03. - 06.03.2022

"YIN & YANG YOGA" mit Katja und Ines

Entspanne & regeneriere beim YIN-YOGA und fließe mit neuer Energie  
durch wohltuende YANG-YOGA FLOWS.

Anmeldung bei Katja | 0172 - 38 254 38





## Dein YIN & YANG YOGA Wochenende mit Katja & Ines

- *Schöne Unterkunft im Romantik Hotel an der Müritz*
  - *Sauna und Infrarotkabine*
  - *Vegetarische Gutshausküche*
  - *Yoga im Barocksaal*
  - *Zwei Yoga-Lehrer & ein Ayurveda Therapeut*
  - *1 x 90 Minuten Yoga mit live Piano-Musik, gespielt von  
Kludia-Friederike Holdefleiß*
  - *1 x 90 Minuten YIN-YOGA*
  - *2 x 90 Minuten HathaYogaFlow*
  - *Morgentliche Gehmeditation*
  - *Massage und Korrektur während der Yogaklasse*
  - *Workshop "Deine Gesundheit mit Ayurveda"*
  - *Ayurveda Öl- & Rückenmassage - zubuchbar bei Katja*
- 
- *2 Übernachtungen inkl. Frühstück, zwei Abend- und ein  
Mittagessen ab 232 € pro Person (Buchung direkt im Hotel )*
  - *Yoga Kursgebühr 189 € pro Person*
  - *Ayurveda Öl- & Rückenmassage 45 Minuten, 49 €*