



Yoga Wohlfühl-Wochenende im Allgäu

mit Angelika Seliger



Ein Yoga-Wochenende ist eine wunderbare Gelegenheit, den Alltag hinter sich zu lassen, ins Yoga einzutauchen, zur Ruhe zu kommen und somit sich selbst wieder näher zu kommen.

Die Yogastunden schenken Deinem Körper, Deinem Geist und Deiner Seele Energie und Kraft, die Atem- und Entspannungsübungen lassen das Gefühl von innerem Frieden und Gelassenheit in Dir wachsen und Du kannst Dich auf allen Ebenen erholen.

Wir sind zu Gast in einem gemütlichen, umgebauten, ehemaligen Bauernhof und genießen hier eine ganz besonders liebevolle Atmosphäre. Ein wunderschöner Ruhebereich sowie eine Sauna schenken uns Erholung pur. Das große Gelände bietet mit seiner Stille und energetisch positiven Schwingungen die Möglichkeit, Ruhe, Kraft und Lebensfreude zu tanken.

15. bis 17. November 2019

im Seminarhof Sonnentor
in Bad Wurzach

Der Hof liegt in einer der landschaftlich schönsten und reizvollsten Regionen Deutschlands, unweit des Bad Wurzacher Rieds.

Direkt vom Haus weg finden wir herrliche Spazierwege mit traumhafter Sicht auf das Allgäuer Alpenpanorama. Zwei Thermen sind in wenigen Autominuten zu erreichen.

Es besteht die Möglichkeit bei einer Ayurveda-Massagetherapeutin, die unser Wohlfühlwochenende ergänzt, eine Massage zu buchen. Bitte Dein Interesse gleich bei der Anmeldung angeben.





Unser Yoga Wohlfühl-Wochenende im Allgäu

Freitag, 15.11.2019

Anreise ab 12.30 Uhr
 Zeit für Massage,
 Dein Zimmer zu beziehen,
 Hausführung, Ankommen

ab 13.00 Uhr
 vegetarisches Mittagessen

17.00 bis 18.30 Uhr
Yoga

19.00 Uhr
 vegetarisches Abendessen

Samstag, 16.11.2019

ab 8.00 Uhr
 Kräutertee, Ingwerwasser,
 getrocknete Früchte etc.

8.30 bis 10.00 Uhr
Yoga

ab 10.15 Uhr
 sehr leckeres Frühstücksbuffet

11.00 bis 17.00 Uhr
 Zeit für Massage, wandern,
 spazieren gehen, lesen,
 faulenzen, schwimmen in
 der Therme...

ab 13.00 Uhr
 vegetarisches Mittagessen

17.00 bis 18.30 Uhr
Yoga

19.00 Uhr
 vegetarisches Abendessen

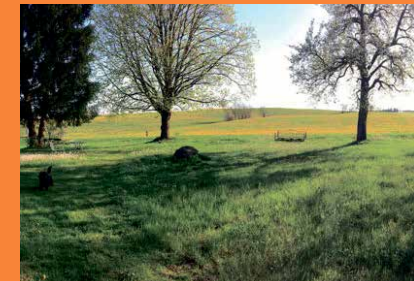
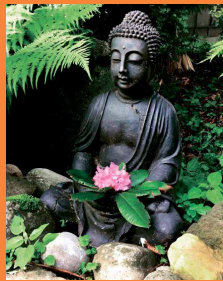
Sonntag, 17.11.2019

ab 8.00 Uhr
 Kräutertee, Ingwerwasser,
 getrocknete Früchte, etc.

8.30 bis 10.00 Uhr
Yoga

ab 10.15 Uhr
 sehr leckeres Frühstücksbuffet

danach
 kannst Du in aller Ruhe
 Dein Zimmer räumen und
 gestärkt nach Hause fahren



Kompletter Seminarbetrag pro Person
 (Inkl. Übernachtungen / Vollpension / 4 Yogaeinheiten)

Im Einzelzimmer 296,- €
 Im Doppelzimmer 290,- €
 Im 3-Bett-Zimmer 284,- €

Ayurveda-Massage extra

Bitte mitbringen:
 Bequeme Kleidung zum Üben
 Handtücher
 Hausschuhe

Seminarhof Sonnentor
 Zum Greut 3
 88410 Bad Wurzach - Eintürnen
 Tel.: 07527-954777

www.seminarhof-sonnentor.de

(hier findest Du auch eine
 Anfahrtsbeschreibung)

**Bitte melde Dich schriftlich unter
info@yogami.de an
 und überweise den Seminarbetrag
 auf folgendes Konto:**

Yogami
 Rainer Ilg

Kreissparkasse Tübingen
 IBAN: DE37 6415 0020 0002 981354
 BIC: SOLADES1TUB

Sobald Deine Überweisung eingegangen ist,
 ist Dein Platz fest gebucht.

Zimmerwünsche werden nach Eingangsdatum der
 Anmeldungen berücksichtigt.

Ich freue mich sehr auf unser
 Yoga Wohlfühl-Wochenende.

Solltest Du noch Fragen haben, kannst Du
 Dich natürlich auch gerne telefonisch mit mir
 in Verbindung setzen.

Yogami

Angelika Seliger

info@yogami.de
 Mobil 0170 – 341 44 60

www.yogami.de



Schwabstr. 16 | 72119 Ammerbuch