



FOTOS: QUELLE GENUESER SCHIFF



17. - 19. NOVEMBER 2023

YOGA UND PRANA WOCHENENDE AN DER OSTSEE

HOTEL GENUESER SCHIFF, HOHWACHT

Du wünschst Dir eine kleine Auszeit vom
Alltag, um Dich wieder vollständig aufzuladen
und frische Energie und neue schöpferische
Kraft zu tanken?

Susanne Wandel
sw@prana-yoga.info
www.prana-yoga.info



Doris Schümann
doris.schuemann@gmail.com



Gönne Dir eine Auszeit an diesem ganz besonders idyllischem Ort direkt am Ostseestrand.

Es erwarten Dich zwei Tage voller Energie und Inspiration, um Deine Seele baumeln zu lassen und Deinem Körper etwas gutes zu tun.



Lasse den Alltag hinter Dir und entspanne bei bereichernden Pranayama und sanftem authentischem Yoga. Meditationen laden dich zum Entspannen und Loslassen ein.

Zudem bleibt genügend Zeit für Spaziergänge am Ostseestrand mit Meeresrauschen und Salzwasserduft

Freue Dich auf das Innehalten, pure Glückseligkeit und ganz viel Spaß mit

- täglichen Yoga- und Meditationseinheiten
- 2 Übernachtungen im Doppelzimmer
- 2x leckeres Frühstück, 2x Mittag- und 2x 3-Gang-Abendessen (exkl. Getränke)
- 2x Kaffeepause am Nachmittag mit hausgebackenem Kuchen
- Nutzung der Sauna

380 Euro pro Person im Doppelzimmer
480 Euro pro Person im EZ
Anmeldeschluss 22.September 2023

Anmeldung:
sw@prana-yoga.info oder
doris.schuemann@gmail.com