



Aus Liebe
zu dir!

Hansa YOGA

FORREST YOGA MIT KATHARINA



18.-20.09.2015

FORREST YOGA WOCHENENDE
im Seehotel Töpferhaus in Alt Duvenstedt

„Das Herbst Forrest Yoga Wochenende im Seehotel Töpferhaus in Alt Duvenstedt steht im Zeichen von Balance und Selbst-Ehrlichkeit.“

Forrest Yoga: kraftvolles Work-out und Wellbeing

KATHARINA RODEWALD: ist zertifizierte Forrest Yoga Lehrerin. Kleine Kursgrößen sind ihr wichtig. Ihre Kurse sind für Einsteiger, Fortgeschrittene und Schwangere geeignet.

Einfach mal ausprobieren: Alle Yogaeinheiten sind auch einzeln buchbar!

www.hansa-yoga.de



Hansa YOGA

FORREST YOGA MIT KATHARINA



Foto: Seehotel Töpferhaus

„Wir berühren uns heutzutage viel zu wenig. Während meines Yoga-Unterrichts interagiere ich viel mit den Yogapraktizierenden, dehne z. B. ihre Handgelenke und korrigiere sie.“

LEISTUNGEN: 2 × Übernachtung (Standard-DZ im Haupthaus mit Waldblick) | 2 × Frühstück | 4 × ca. 90 Min. Forrest Yoga und Entspannung | Finnische Sauna und Parken

ABLAUF: 18.09.15: Check-in ab 15 Uhr, 18.30–20 Uhr FY, 19.09.15: Frühstück ab 7 Uhr, 10.30–12 Uhr FY, 17–18.30 Uhr FY, 20 Uhr gemeinsames Abendessen • 20.09.15: 7.45–9.15 Uhr FY, anschließend gemeinsames Frühstück, Check-out bis 11 Uhr

KOSTEN: 248 €* | 270 € p.P. im DZ • 316 €* | 340 € im EZ
*Bei Anmeldung und Bezahlung bis 15.07.15

Kontakt & Anmeldung:

per E-Mail an anmeldung@hansa-yoga.de
www.hansa-yoga.de • www.facebook.com/hansayogahamburg

www.hansa-yoga.de