

YOGA RETREAT HERBST vom 19. bis 22. November 2020
💖💖 im Tharandter Wald in der Nähe von Dresden 💖💖
„Einfach SEIN“

Lass Dich für ein langes Wochenende einfach mal SEIN.

Dich erwarten insgesamt 6 Yogaklassen mit 1 Silent Walk, 1 ätherischer Öle - Duftabend, Sauna & 3 ÜN in kuscheligen Hotelzimmern, inkl. Frühstück und vegetarisch/veganem Abend-Buffer

Und wenn Du magst und Dein SEIN das möchte 😊 kannst Du folgendes tun:
Atmen & über Felder spazieren, durch Wälder & Wiesen laufen oder auch
eine Raindrop Massage genießen.
(Massage individuell dazu buchbar – nähere Infos bei der Anmeldung)

Der feste Genusstteil:

Donnerstag: 17:00-18:00 Uhr sanftes Yoga zum Ankommen
18:30 Uhr Abendessen

Freitag: 08:00-9:30 Uhr Yoga-Morning Flow
09:30 Frühstück
16:00-18:00 Uhr Yoga
18:30 Uhr Abendessen

Samstag: 08:00-9:30 Uhr Silent Walk & Frischluft Yoga
09:30 Frühstück
16:00-18:00 Uhr Yoga
18:30 Uhr Abendessen

Sonntag: 08:00-9:30 Uhr Yoga-Morning Flow
09:30 Frühstück & Abschied

Deine Yogalehrerin : Ilka Tätzsch
(ärztlich geprüfte Yogalehrerin 500 Std. und Leiterin des Studios AIR Yoga Dresden)

max. 12 Teilnehmer

Preise p. P.:
im DZ 574€/Person bei Doppelbelegung
im EZ 614€/Person

Anmeldung, Fragen und Infos per Mail an: info@air-yoga-dresden.de

Ilka Tätzsch
Bautzner Landstr. 62
01324 Dresden

Tel.: 0174 315 46 67
Mail: info@air-yoga-dresden.de