



PFINGST YOGA-RETREAT AUF SYLT

VOM 7. BIS 10. JUNI 2019



Du bist eingeladen, inmitten der **wundervollen Sylter Natur** vier Tage **Körperglück** und **Seelenfrieden** zu erfahren. Zur **Ruhe** kommen, **auftanken** und **genießen**. Die Yogaeinheiten strukturieren unsere Tage, gleichzeitig bleibt viel **freie Zeit** zur **individuellen Gestaltung** und zum **Nichtstun**.

Angebot:

8:00 Uhr Smoothie und Tee

8:30 bis 11:00 Uhr Yoga

Meditation, Pranayama, Asana-Praxis

11:00 Uhr Brunch, freie Zeit, Nichtstun,

Baden, Strandsauna, Inselerkundungen

17:00 bis 18:30 Uhr vertiefende Yoga-Einheit

18:45 Uhr Abendessen

20:15 Uhr Geh-Meditation zum Sonnenuntergang

Preise für:

tägliche Yogapraxis •

3 Übernachtungen •

vegan/vegetarische Bio-Vital-Verpflegung •

ganztägig Tees, Obst und Nüsse •

Naturführung Sa oder So •

tidenfreudiges W-lan •

EZ 499 €, DZ 458 €

insgesamt 4 Zi mit Du/WC zzgl. 8€/Nacht -
Vergabe nach Buchungseingang - first come, first

served

Preise pro Person inkl. gesetzlicher USt.

bei Buchung bis 26.4.19, danach +50 €/Person

individuelle Anreise am Fr, 7.6.19 ab 16 Uhr

Beginn: Willkommen & Abendessen um 18:45 Uhr,

danach Tiefen-Entspannung und Meditation

Abreise: am Mo, 10.6. nach Yoga & Brunch um 12Uhr

Maren Schulz

0178 . 58 31 538

info@yogamare

www.yogamare.de

Maren Schulz ist Gymnastik- und Yogalehrerin,

Bewegungs-, Sport- und Körpertherapeutin.

Sie lebt und arbeitet in ihrer Praxis seit 2008 auf Sylt
und gibt dort und an anderen schönen Orten Yoga-Retreats.

Untergebracht sind wir im sehr liebevoll
geführten, klösterlich einfachen Haus
Möwennest in Hörnum. Dessen
Alleinlage in den Dünen direkt am
Strand macht diesen Ort einmalig für
unser Yoga-Retreat. WC/Duschen auf
den Fluren und alle Zimmer mit Ausblick
in die Heide- und Dünen-Landschaft
(s. Foto).

Das Küchenteam verwöhnt uns mit
köstlichem vegan/vegetarischem Essen.
Neben dem Strand und weiteren Natur-
Spähren steht uns ein eigener
Seminarraum für unsere Yogapraxis zur
Verfügung mit Blick in die Dünen- und
Heidelandschaft.

Entdecke beim Yoga deine Vielfalt und
Einmaligkeit und in der Natur die der
Insel Sylt.

Yoga Beginnende, Erfahrene und
Lehrende sind willkommen.

So bist du dabei:

Sende den Anmeldebogen ausgefüllt und
unterschrieben an mich zurück, freue dich
auf Antwort und deine Yoga-Zeit auf Sylt.

