

Wohlfühlwochenende für Frauen
Freitag 07.05.2021 - Sonntag 09.05.2021

Wohlfühlwochenende für Frauen mit Marion Grimm-Rautenberg | MediYogaSchule©

Dieses entspannende Wochenende für Frauen ist eine Einladung an Sie, sich Zeit zu nehmen für all das, wofür sich im Alltag wenig Raum einrichten lässt.

Ich lade Sie ein, mit mir und gleichgesinnten Frauen, eine entspannende, fröhliche Auszeit zu genießen, um Ihre Energiereserven aufzuladen und zu mehr Ausgeglichenheit und Ruhe zu finden.

Durch authentisches und intuitives Hatha Yoga / MediYoga©, Atemübungen und meditative Elemente, können Sie Ihren Körper zu einer angenehmen Wohlspannung zurückgeleiten und neue Kraft tanken.

Interessante Themen aus der Farbenlehre, Aromatherapie und Achtsamkeitsübungen, mit und in der Natur, schenken Ihnen weitere Inspirationen, die Sie danach in Ihr Leben einflechten können, um mehr Ausgeglichenheit und Lebensfreude in der Familie und im beruflichen Kontext zu erfahren.

Ich freue mich auf Sie und eine unvergesslich schöne Zeit.

Namasté und herzliche Grüße

Marion

Ihr **Wohlfühl**-Programm:

Freitag, 07.05.2021

17:00 Uhr	Begrüßung durch Fam. Jennewein und Marion Kennenlernen, gemeinsamer Austausch, Mudras (Fingerstellungen)	45 min
18:00 Uhr	Abendessen	
20:00 Uhr	Abendmeditation „Körperreise“	30 min

Samstag, 08.05.2021

08:00 Uhr	Start in den Tag mit MediYoga©	60 min
anschließend	Frühstücksbuffet	
10:00 Uhr	Interessante Farbenlehre und die Chakren (Farbmeditation)	120 min
	Mittagspause	
14:00 Uhr	Verdauungsspaziergang durch den Kräutergarten mit Informationen zur Aromatherapie und Achtsamkeitsübungen im Park	90 min
15: 30 Uhr	Kaffeepause mit gemeinsamem Austausch	
16:30 Uhr	MediYoga© mit OM tönen	60 min
18:00 Uhr	Abendessen	
20:00 Uhr	Abendmeditation mit Weisheitsgeschichte oder intuitives Tarot-Karten legen	30 min (plus)

Sonntag, 09.05.2021

08:00 Uhr	Hatha Yoga	90 min
anschließend	Frühstücksbuffet	
11:00 Uhr	persönliche Verabschiedung durch Fam. Jennewein und Marion	
abschließend	Check-out und Abreise	

(Änderungen vorbehalten)

Buchungsbedingungen:

Ort und Buchung der Wochenenden:

Bitte buchen Sie das YOGA Seminar bei Marion Grimm-Rautenberg

www.mediogaschule.de / Tel. 06303/3082 / mediogaschule@aol.com

Seminargebühr bis 6 Wochen vor Beginn

bei Buchung bis 23.04.21:

235 € pro Person, danach 255 € pro Person

Kleingruppe bis zu 12 Personen, also rechtzeitig einen Platz sichern.

Die Hotelleistungen buchen Sie bitte im Hotel-Restaurant Klostermühle

www.klostermuehle.com / Tel. 06302-92200 / info@klostermuehle.com

Hotelleistungen :

2 Übernachtungen inkl. Frühstück, 2 mal 3-Gang Abendessen, Wasser und Tee inklusive (nicht zum Abendessen), ein Mittagssnack mit Suppe, Salat und Brot, Nutzung Wohlfühlrefugium

Early Bird bei Buchung bis 23.04.21

Early Bird: 189€ pro Person im Doppelzimmer, danach 218€ pro Person

Early Bird: 209€ pro Person im Doppelzimmer Premium, danach 229€ pro Person

Early Bird: 229 € pro Person im Einzelzimmer Komfort mit Balkon, danach 249€ pro Person

Early Bird: 229€ pro Person im Doppelzimmer zur Einzelnutzung, danach 249€ pro Person

Early Bird: 276€ pro Person im Doppelzimmer Premium zur Einzelnutzung, danach 296€ pro Person