



[body mind soul]



RE:TREAT
LÜNEBURGER HEIDE


freigeist
YOGA



24.-26.03.2023
& 12.-14.05.2023

STIMBEKHOF
LÜNEBURGER HEIDE

freigeist
YOGA



"In dir selbst ist eine Ruhe und ein
Heiligtum, in welches du dich
jederzeit zurückziehen und ganz du
selbst sein kannst."
— HermannHesse

- ▷ Tägliche Morgen- und Abendeinheit mit Meditation, Atem und Bewegung
 - ▷ Einführung in die Meditation
- ▷ Klangschalen-Meditation & Yoga Nidra zur Tiefenentspannung
 - ▷ leckeres biologisches & regionales Essen und Bio-Tee zum Yoga
- ▷ schöne Zimmer im Fachwerkhof in der Heide
- ▷ Vertrauensvoller Kreis mit tollen Menschen
 - ▷ Zeit für dich in der Natur, Sauna oder am Lagerfeuer

Für alle Alters- und Erfahrungsstufen!
Investition in dich: 520/560€ (DZ/EZ)

Anmeldung bitte per Mail:
freidgeist.yoga@outlook.de
www.freygeistyoga.de

