

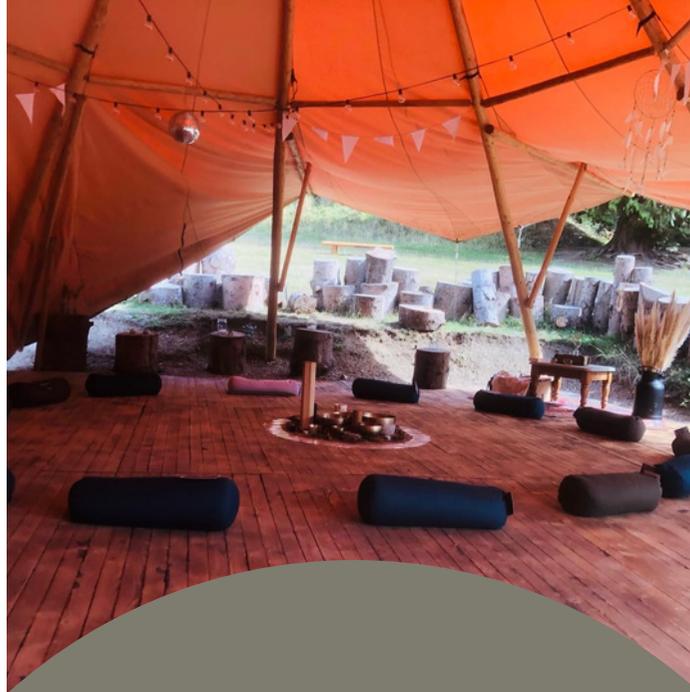
YOGA  
KRÄUTERKRAFT  
ZYKLUS  
WOMEN'S WELLBEING  
HARZ-RETREAT

WILDKRÄUTER

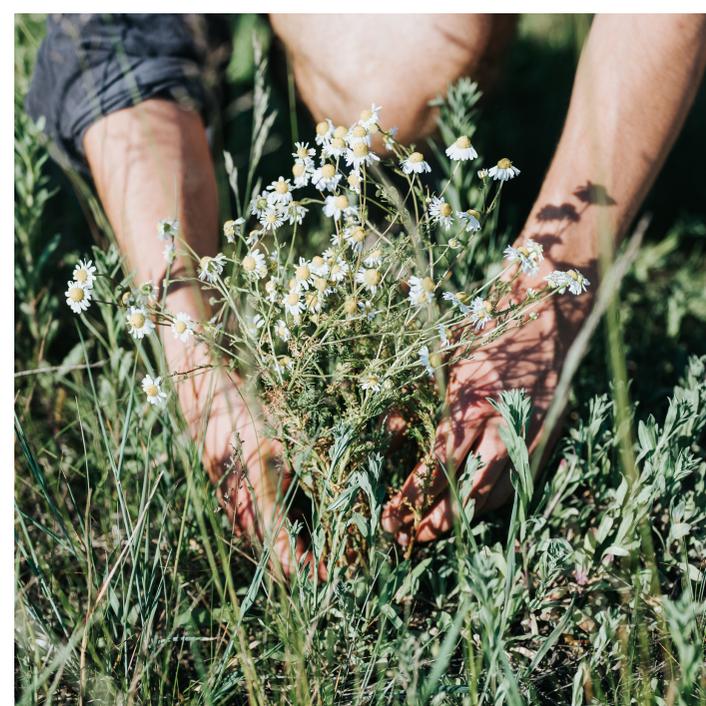
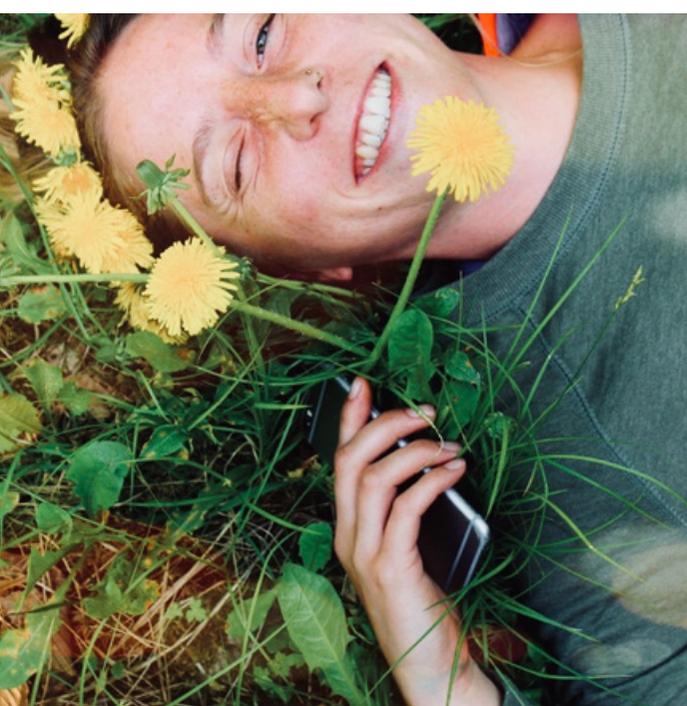
&

*freigeist*

YOGA



natur-yoga-zyklus  
1.-3. SEPT.  
HARZER WALD





Yoga & Meditation

SoundBath - Klangschalen

Zyklusbewusstsein im Yoga

inkl. Workbook

Frauenheilkunde & Wildkräuter

Wildkräuter-Produkt-Herstellung

Wanderungen & Auszeiten

Lagerfeuer & Wald-Sauna

Gesundes Essen & Gemütlichkeit

## **YOGA & ZYKLUS-BEWUSSTSEIN**

Eine schöne Kombination aus Wissen & Spüren – ganz fein und harmonisch abgestimmt mit sanftem sowie kräftigendem Yoga, beruhigender Meditation und wundervollem SoundBath mit therapeutischen Klangschalen, sowie Yoga Nidra zur Tiefenentspannung.

## **WILDE KRÄUTER ZU DEN ZYKLUSPHASEN**

Eine Kräuterexpertin wird in gemütlicher Runde in die Welt der heimischen Wildkräuter einführen, die dich in deinen Zyklusphasen unterstützen. Sie erklärt ganz authentisch und mit viel Wissen die Welt der Wildpflanzen und erzählt Anekdoten und wichtige Fakten zu heimischen Wildpflanzen, die bei Zyklusbeschwerden sanft unterstützen. Wir sammeln die Wildkräuter gemeinsam und stellen eigene Produkte her, die den Zyklus unterstützen.

## **KRAFTORT MITTEN IM WALD**

Ein Gefühl von tiefer Verbundenheit durchströmt das Waldquartier. Larissa & Daniel schaffen einen Ort, an dem sich alle zu Hause fühlen können, der Menschen zusammenbringt und ihnen einzigartige Momente beschert.. + leckeres veganes Essen.



1.-3. September 2022

Harzverbunden, Bad Grund

Investition in dich: 499€ mit Unterkunft,  
veganer Verpflegung sowie allen Yoga- &  
Kräuterworkshop-Angeboten, eigene  
Wildkräuter-Produkten & 2 Hand-Outs (zur  
Kräuterkunde sowie zum Zyklusbewusstsein)

Anmeldung bitte per Mail:  
[freidgeist.yoga@outlook.de](mailto:freidgeist.yoga@outlook.de)  
[www.freygeistyoga.de](http://www.freygeistyoga.de)