

Yoga - Wochenende mit ayurvedischer Ernährung in der zauberhaften Natur des Schwarzwalds - Titisee - Saig

21. bis 23.09.2018

Ein Wochenende mit Yoga & ayurvedischen Leckereien inmitten der Natur des Schwarzwaldes. Bewegung, Meditation, Naturzeit & Wissen über die abwechslungsreiche ayurvedische Küche geben dir die Gelegenheit Körper und Geist zu entspannen und dich mit frischer Energie aufzutanken.



Preis: 195 Euro (Frühbucher bis 31.07.2018)

220 Euro regulärer Preis

inklusive Yoga, Meditation, Mantrasingen & vorwiegend biologisch ayurvedische Vollverpflegung

exklusive Übernachtung zwischen 10 - 30 Euro pro Person pro Nacht

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Yogamatte, Sitzkissen, Decken



weitere Info & Anmeldung:

Christine Berger: Mail: info@santani-natur-leben.de - Tel. 0176 551 50679

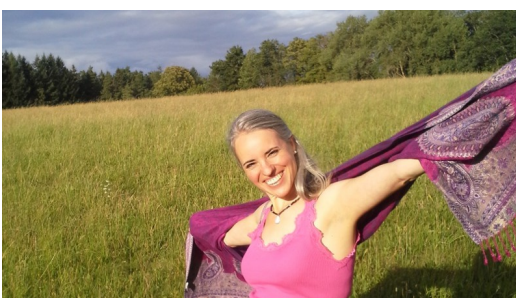
Melina Behrendt: Mail: carmen-melina-behrendt@posteo.org - Tel. 0177 7314 701

Seminarleiterinnen:

Carmen **Melina** Behrendt:

Durch meine verschiedenen Reisen und als Mitarbeiterin im Seminarhaus Yoga Vidya Westerwald habe ich ein breites Spektrum unterschiedlicher Yogastile und anderer Bewegungssysteme kennengelernt, welche ich gerne teile. In meinen Yogastunden unterstütze ich dich ganz individuell, deine innere Mitte zu finden und dich mit deiner Kraftquelle zu verbinden.

www.carmen-melina-behrendt.org



Christine Berger:

Als ausgebildete Ayurvedaköchin bereitet es mir sehr viel Freude für Gruppen zu kochen. Dabei ist es meine Leidenschaft die Elemente (Feuer, Wasser, Luft, Erde und Äther) bei der Nahrungszubereitung zu berücksichtigen und ausgleichend für Körper, Geist und Seele anzuwenden. Diese Freude gebe ich auch gerne in Seminaren und Kochworkshops weiter.

www.santani-natur-leben.de

Seminarhaus AlpenSicht, Hochfirstweg 12 79853 Saig Tel. 07653 960 094, Mail: k.grossler@zayt.de