



## Yin Yoga . Workshop und relaxen...

Tauche ab und gib dich dem Rhythmus von Bewegung . Sein . Wohlfühlen hin

Yoga mit seinen Asanas, Atem- und Entspannungsübungen ist die optimale Kombination um das Bewusstsein für seinen eigenen Körper zu stärken. Unterschiedliche Bewegungsabläufe werden angesprochen.

Eine echte Ich-Zeit für dich...wir freuen uns auf euch.

Termine: 26. März – 28. März 2021 . 25. Juni – 27. Juni 2021 . 19. November – 21. November 2021

- Freitag** . Anreise  
 . 19.00 Uhr leichtes Abendessen  
 . 20 – 22 Uhr wer Lust hat lässt den Tag in der Sauna ausklingen
- Samstag** . 8 -10 Uhr Frühstück  
 . 9.30 - 13 Uhr Wanderung mit Martina  
 . 13 Uhr leichtes Mittagessen  
 . Wer Lust hat geht noch in die Sauna . Wandern oder besucht im Dezember am Nachmittag den Weihnachtsmarkt in Waldbreitbach  
 . 19 Uhr Abendessen
- Sonntag** . 8 – 10 Uhr Frühstück . Abreise oder Verlängerung mit individueller Gestaltung

### Inklusivleistungen

- . Unterbringung im DZ . Frühstück . Mahlzeiten, wie oben beschrieben
- . Yin-Yoga . Nutzung der Sauna . Bademantel
- . Tee/Wasser für die Sauna und zum Yin-Yoga

pro Person im DZ	199 €
im EZ	219 €
im DZ zur Einzelnutzung	239 €



Wiedtalstraße . 55 . 53547 Rossbach-Wied  
zur-post-rossbach.de . 02638-280

Hotel - Restaurant - SPA  
Manufaktur