

Anmeldung

Hiermit möchte ich mich **verbindlich** zu der Yoga Woche an der Ostsee anmelden. Die Kosten für die Yoga Woche in Höhe von 720 € (plus ggfs EZ Zuschlag) überweise ich auf Konto 50 25 234, Deutsche Bank BLZ 300 700 24 Konto Diana Grohs.

Termin: 21.- 27. 10. 2012

Vor- und Nachname: _____

Straße: _____

PLZ und Ort: _____

Email: _____

Sonstiges:(EZ/DZ) _____

Ort und Datum : _____

Unterschrift: _____



21.- 27.Oktober 2012

Yoga und Reisen

Tel 02102 715 710

www.Yoga-und-Reisen.de

Das Kleingedruckte:

Eine Anzahlung in Höhe von 200 € wird sofort fällig. Der Restbetrag ist zahlbar bis 4 Wochen vor Reisebeginn. Die Buchung wird mit Eingang der Anzahlung wirksam. Die Reservierung erfolgt nach dem ‚first come- first go‘ Prinzip.

Rücktrittsbestimmungen:

Bei Stornierung fallen folgende Gebühren an: 50 % des Reisepreises bei Stornierung bis zu einem Monat vor Anreise. 90 % des Reisepreises bei Stornierung bis zu einer Woche vor Reisebeginn. Danach wird der volle Preis fällig. Umbuchungen auf einen anderen Namen sind kostenfrei.

Versicherungen: Jegliche Haftung während der gesamten Reise liegt bei dem Reisenden selbst. Bitte achten Sie somit auf eine ausreichende Versicherung.

Bitte haben Sie dafür Verständnis, dass das Seminar ab einer Mindestteilnehmerzahl von 6 Personen statt findet. Sollte diese Teilnehmerzahl nicht erreicht werden, werden die Kosten erstattet.

Yoga Woche an der See

in Haffkrug an der Ostsee

Seminarprogramm:

Wir üben jeden Morgen und Nachmittag zwei Stunden Yoga und Meditation, lernen Atemübungen und Entspannungstechniken kennen. Es werden dabei keine Vorkenntnisse vorausgesetzt. Teilnehmen kann jeder, der sich für Yoga interessiert und es gern kennen lernen möchte oder auch bereits Yogaerfahrung gesammelt hat.

Nach dem Yoga lassen wir uns mit einem leckeren Frühstück verwöhnen. Und haben anschließend Zeit, lange Strandspaziergänge zu machen, die Gegend zu erkunden, Ausflüge zu machen und vieles mehr.

Der Ort und die Unterkunft:

Wir wohnen im Haus am Meer in Haffkrug direkt am Strand, es sind nur 20 m bis zur Ostsee. Vom Hotel aus haben Sie einen tollen Blick auf die Promenade sowie die gesamte Lübecker Bucht. Es bieten sich lange Spaziergänge an, oder auch Radtouren ins Zentrum von Haffkrug, ins nahe Scharbeutz oder auch zum Timmendorfer Strand.

Die Küche ist vegetarisch und vollwertig. Die Zimmer sind individuell gestaltet mit typisch nordischen Farben und Stoffen. Alle Zimmer verfügen über Dusche/WC, TV. Im Haupthaus stehen auch Telefon und Internet- Zugang zur Verfügung. Alle Zimmer sind Nichtraucherzimmer. Weitere Informationen finden Sie unter [www. Haus-am-Meer-Haffkrug.de](http://www.Haus-am-Meer-Haffkrug.de)



Das Haus am Meer stellt Yogamatten und Meditationskissen sowie Decken zur Verfügung. Es können jedoch auch gern eigene mitgebracht werden.

Seminarleiterin:

Diana Grohs, Yogalehrerin (BYV) Yogapraktizierende seit circa 20 Jahren, Yogalehrende seit 2000. Mit eigener Yogaschule seit Juli 2006.

Preis pro Person: 720 €

Inklusive:

- 6 Übernachtungen, Basis halbes Doppelzimmer
- vegetarische Halbpension, nachmittags mit Kaffee / Tee und Kuchen
- Getränke an der Teetheke während des Tages
- Täglich morgens und abends je zwei Asana Stunden, Atemtechniken, Vortrag, Entspannungsübungen, Meditation, Yoga Philosophie



EZ Zuschlag 90 € für die Woche. Die Kurtaxe in Höhe von etwa 2,50 € pro Person und Tag wird zusätzlich fällig und vom Hotel berechnet und an die Gemeinde Scharbeutz abgeführt.

Geplante Zeiten: 8 – 10 Uhr sowie 17 – 19 Uhr. Beginn am Sonntag abend nach dem Abendessen., Ende am Samstag vormittag vor dem Frühstück.

Die Anreise ist nicht im Preis enthalten und kann individuell erfolgen. Die Fahrtzeit ab Hamburg beträgt in etwa eine Stunde. Gern vermitteln wir aber auch Mitfahrgelegenheiten mit anderen Seminarteilnehmern, sofern möglich.

Anmeldung bei: Yoga und Reisen

Diana Grohs
Weissdornweg 2
40880 Ratingen
Tel 02102 715 710
email: Grohs@Yoga-in-Ratingen.de

Weitere interessante YogaReisen finden sie unter:

www.Yoga-und-Reisen.de