

# Glücksmomente in der Rhön

Ein Wochenende nur für DICH!

**13. – 15. November 2020**

Verbringe ein Wochenende mit allem was Dich glücklich macht.

**Yoga, Walken in der Natur, gesunde Bewegung, Wellness,  
nette Leute und leckeres Essen in der malerischen Rhön.**



## Ablauf

- Fr. 17:30 Welcome  
18:00 **Open Your Heart** - Yin & Yang Yoga (60 Min.)  
Abendessen
- Sa. 08:15 **Happy Splash** - Aqua Gymnastik (45 Min.)  
Genießer-Frühstück  
11:00 **Time To Move** - Bewegung und mehr (90 Min.)  
13:00 **Powered by Nature** - Walking-Tour (ca. 90 Min.)  
Smoothie-Pause  
16:00 **Feel Your Body** - Stretch & Relax (60 Min.)  
Abendessen & Wellnesszeit
- So. 07:30 **Clear Your Mind** - Morgenmeditation (30 Min.)  
Frühstück  
10:00 **Save Your Body** - Schmerzfrei bewegen (120 Min.)  
12:00 Goodbye

## Seminar-Gebühr

Early Bird bis 10.09.2020 149 €  
Buchung ab 11.09.2020 169 €

Anmeldung und Infos:  
Tel.: 0179 - 14 17 554  
info@purebalance.de



## Unterkunft und Verpflegung

### Hotel Taufstein

(2 Übernachtungen, inkl. Verpflegung  
gem. Plan und Spa-Benutzung)

**EZ ab 245 €**

**DZ ab 207 €** pro Pers.

**Hotel-Buchung: 09742 - 250**  
**www.zum-taufstein.de**

Dieses Wochenende ist für jedes Fitnesslevel geeignet. Begrenzte Teilnehmerzahl!



PURE BALANCE

**Anke Schleppy-Anders**

Physical Balance Yoga, Kurse, Workshops  
Personal Training, ThaiYoga Massage