

# Yoga & Relax Wochenende

31. März – 02. April 2023

Gönne Dir ein besonderes Wochenende und genieße die Wohltat von täglicher Yoga-Praxis in Verbindung mit Entspannung, Wellness, leckerem Essen und netten Menschen



## Ablauf

- Fr. 17:30 **Welcome & Yoga** (90 Min.)  
Abendessen
- Sa. 07:30 **Morgenmeditation** (30 Min.)  
Frühstück
- 10:00 **Healthy Yoga** (120 Min.)  
Mittagessen
- 14:30 **Yoga Love** (60 Min.)
- 15:30 **Yoga Nidra** (30 Min.)  
Wellnesszeit & Abendessen
- 21:00 **Relax & Enjoy** (60 Min.)
- So. 07:30 **OM Happy Day** (30 Min.)  
Frühstück
- 10:00 **Feel The Flow** - (120 Min.)
- 12:30 gemeinsames Mittagessen

## Seminar-Gebühr

Early Bird bis 6 Wo. vorher 149 €  
Buchung ab 6 Wo. vorher 169 €

## Anmeldung und Infos:

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



## Unterkunft und Verpflegung

### Hotel Zentlinde

(2 Übernachtungen, inkl. Vollpension  
und Spa-Benutzung)

**EZ ab 268 €**

**DZ ab 248 €** pro Pers.

**Hotel-Buchung: 06062 - 26010**

**www.zentlinde.de**

Dieses Wochenende ist für jedes Fitnesslevel geeignet. Begrenzte Teilnehmerzahl!



## PURE BALANCE

**Anke Schleppy-Anders**

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