

Yoga & NaturZeit

WESENUFER

15. - 16. November 2024

mit Sigrid Kaltenböck & Natascha Faltner

Gemeinsam tauchen wir im Donautal, nahe der Schlögener Schlinge, in den Zauber der November-Zeit ein. Naturgänge an der Donau sowie ruhiges und sehr achtsames Yoga begleiten dich dabei. Mit kleinen Impulsen treibst du absichtslos durch die Landschaft und bist offen für den Zauber der sich zurückziehenden und ruhiger werdenden Natur. Neu ausgerichtet und verbunden kehrst du zurück.

»Tat Tvam Asi« - »Das bist Du«.

Preis:

Yoga & NaturZeit:

€ 198,- bei Anmeldung & Bezahlung bis 15.09.2024

€ 220,- ab 16.09.2024

Hotel inkl. Frühstück | 2 Abendessen | Wellness (Sa bis 22 Uhr):

€ 126,- pro Person im DZ

Ort:

Wesenufer | Hotel & Seminarkultur an der Donau

Anmeldung und weitere Informationen:

yoga.kaltenboeck@gmx.at | www.sigridkaltenboeck.at

natascha.faltner@gmx.at | www.im-fluss.info

Programm

Fr, 15.11.

14:00-15:00 Uhr

Ankommen in der Natur

16:00-17:15 Uhr

Willkommensrunde &
Naturimpuls

19:00-21:00 Uhr

Yin Yoga

Sa, 16.11.

07:00-08:30 Uhr

Yoga

10:30-15:00 Uhr

Naturimpuls & Freizeit

15:00-17:30 Uhr

Yoga & Abschluss



Ein- und Sein-Lassen