RETREAT

Gut Buckhagen Ostsee

YOGA AUF UND NEBEN DER MATTE

30.10-3.11

Rabel

„Die verbindende Kraft hinter dem Yoga.“

Das Gut Buckhagen direkt an der Schlei und die Ostsee nicht fern, bietet den idealen Rahmen für Rückzug und Gemeinschaft. Im historischen Nibelungensaal, jener sich im Herrenhaus des Anwesens befindet, werden wir gemeinsam Yoga praktizieren: **Körperarbeit, Selbstreflexion und Meditation** bilden den Rahmen für die gemeinsamen Zeiten auf der Matte.

Im gemütlichen Refugium genießen wir die Mahlzeiten, tauschen Gedanken und lassen den Tag am Kamin ausklingen. Dazwischen laden Sauna und Massagen zum Entspannen ein.

Ute verkörpert ein großes JA zum Leben und ist eine der wenigen E-Certified® Anusara Yoga Teacher in Europa. Ihre Grundtonart ist vielstimmig und geht im "sowohl als auch" auf. Ihr Unterricht ist nicht nur Yoga, sondern eine tiefe Begegnung mit dem Selbst.

Jasmin, Dozentin der Yoga Akdemie, bereichert das Retreat mit einer Yin-Yogaeinheit am Samstag-nachmittag.

Wohnen in großzügig geschnittenen Apartments ab 655 € inkl. 3/4 HP/Person.

Zeiten

Mittwoch	17^{00} – 19^{00}	Uhr
Donnerstag	09^{30} – 12^{30}	Uhr
	17^{00} – 18^{30}	Uhr
Freitag	09^{30} – 12^{30}	Uhr
Samstag	09^{30} – 12^{30}	Uhr
	17^{00} – 18^{30}	Uhr
Sonntag	09^{00} – 10^{30}	Uhr

Info/Buchung Yoga
Ute Fischer
info@utefischer-yoga.de
www.utefischer-yoga.de

Info/Buchung Zimmer
Martina Kink
soul@projects-hamburg.de
www.projects-hamburg.de

Ort
Gut Buckhagen
www.gut-buckhagen.de
Buckhagen 1
24376 Rabel/Ostsee

Energieausgleich
Yogapaket 420€

UTE FISCHER YOGA

EXPERIENCED CERTIFIED ANUSARA YOGA TEACHER

YOGA RUFT! YOGA RUFT! YOGA RUFT! YOGA RUFT! YOGA RUFT! YOGA RUFT! YOGA RUFT! YOGA RUFT! YOGA RUFT!