



YOGAWOCHE in Tschechien (Hlavice)

mit Ute Kaiser **5.6. - 11.6.2017**

Anreise Montag bis 16:00 Uhr
Abreise Sonntag ab 13:00 Uhr

Tagesablauf:

Pause	7:30 - 8:15 Uhr	Pranayama (Atem)
	9:00 – 10:00 Uhr	Gehen in der Natur
Mittagsessen	10:00 – 12:00 Uhr	Asanas (Haltungen)
Abendessen	16:00-18:00 Uhr	Asanas (auch regenerativ)

Kosten : Workshop 350.-€ (Frühbucher bis 15.4. zahlen 320.- €)
 Unterbringung incl. Verpflegung (2 warme Mahlzeiten)

im Einzelzimmer: 36,50 €,
Doppelzimmer: 31,50 €
Mehrbettzimmer 26.50 €

Anmeldung ude.kaiser@web.de

Telefon: 0911 / 80 19 00 29