

# Ladies Yoga Retreat

Zum Frauentag einfach mal was für sich tun.  
Raus aus dem Alltag und rein in die Natur.

3 Übernachtungen im Doppelzimmer  
inkl. Guten-Morgen-Frühstück (vegetarierfreundlich)  
2x Coffee-time individuell  
3x Abendmenü - leicht & vegetarisch - 2 Gänge  
Nutzung von Schwimmbad/Sauna im Partnerhotel DAS HUDEWALD  
Bahnhofstransfer oder Parkplatz kostenfrei  
buchbarer Zeitraum 07.03.-10.03.2024

## Programm



### Anreisetag

Begrüßung mit Teezeit und Yin Yoga Flow  
am späten Nachmittag 90 min.

### 1. Tag

Teezeit mit Moin Yoga vor dem Frühstück  
90 min.

Waldbaden & Küstenwanderung 120 min.  
Yoga Nidra & Entspannungsübungen am  
Abend 60 min.



### 2. Tag

Teezeit mit Moin Yoga vor dem Frühstück  
90 min.

Freizeit mit Anleitung zur Meditation  
Yin Yoga am Abend 90 min.



**Abreisetag** Late-Checkout bis 12.00 Uhr

## Preise für 3 ÜN

1 Lady im DZ zur Einzelnutzung 389,00 €

2. Lady im gleichen Doppelzimmer 299,00 €



## Forsthaus Langenberg

Strandpromenade 46, 17429 Seebad Bansin

☎ 038378 803320

✉ post@forsthauslangenberg.de

www.forsthauslangenberg.de

Special Yoga Retreat zum Frauentag

# Luft holen und durchatmen... ...mit unserem Yoga-Retreat im Forsthaus Langenberg

Einfach mal Körper und Seele baumeln lassen - in kleiner  
Gruppe für Ruhesuchende -  
egal ob Yoga Beginner oder Fortgeschrittene.

5 Übernachtungen im Doppelzimmer zur Einzelnutzung  
inkl. Guten-Morgen-Frühstück (vegetarierfreundlich)  
4x individuelle Kaffee-Snack-Pause am Nachmittag  
5x Abendmenü - leicht & vegetarisch - 2 Gänge  
Schwimmbad/Sauna im Partnerhotel DAS HUDEWALD  
Bahnhofstransfer oder Parkplatz kostenfrei

buchbare Termine:

12.-17.11.2023/14.-19.01.2024/14.-19.04.2024/02.-07.06.2024

## Programm



### Anreisetag

Begrüßung mit Teezeit und Yin Yoga Flow  
am späten Nachmittag 90 min.



### 1. Tag

Teezeit mit Moin Yoga vor dem Frühstück  
90 min.

Waldbaden & Küstenwanderung 120 min.  
Yoga Nidra & Entspannungsübungen am  
Abend 60 min.



### 2. Tag

Teezeit mit Moin Yoga vor dem Frühstück  
90 min.

Yin Yoga am Abend 90 min.



### 3. Tag

Teezeit mit Moin Yoga vor dem Frühstück  
90 min.

Yin Yoga am Abend 90 min.



### 4. Tag

Teezeit mit Moin Yoga vor dem Frühstück  
90 min.

Yin Yoga am Abend 90 min.

**Abreisetag** Late-Checkout bis 12.00 Uhr

## Preise:

1 Erwachsene\*r  
2. Person im DZ

ab 649,00 €  
ab 489,00 €



☎ 038378 803320      ✉ post@forsthauslangenberg.de

www.forsthauslangenberg.de

Yoga-Retreat im Forsthaus Langenberg im Seebad Bansin