



Flow & Align

Ein Yoga-Wochenende im Haus Karneol
mit Anke Schweitzer und Birgit Wieczorek

www.flowalign.de

Ablauf: (spontane Änderungen vorbehalten, z.B. draußen üben, soo schön)

Freitag, 13.06.2025

Anreise bis 17:00 Uhr

18:00 Uhr - Abendessen

20:00 - 21:00 Uhr - Willkommens-Yoga- Praxis

Samstag, 14.06.2025

07:30 - 08:00 Uhr - Meditation

08:15 - 10:45 Uhr - Yoga-Praxis

11:00 Uhr - Brunch - ausgiebig und köstlich

Zeit für Spaziergänge, Fahrradausflüge, zum Lesen, Faulenzen

16:00 - 17:30 Uhr - Yoga- Praxis

18:00 Uhr - Abendessen

20:00 - 21:00 Tagesausklang mit sanfter Praxis oder Austausch

Sonntag, 15.06.2025

07:30 - 08:00 Uhr - Meditation

08:15 - 10:45 Uhr - Yoga- Praxis

11:00 Uhr - Brunch

ab 12:00 Uhr Abreise

Erlebe Yoga in seiner Vielfalt.

Beginne den Tag in Stille.

Erlebe Yoga sowohl in seiner Präzision im Halten und Verweilen der Asanas,
erspüre die Positionen detailliert in all ihren Dimensionen.

Erfahre Dich gleichermaßen im Üben von dynamischem und kreativem Vinyasa Yoga.

Spiele mit Bewegung, erfreue Dich an Deiner Kraft und Beweglichkeit.

In der ruhigen, nach innen gerichteten Abendpraxis bekommen Achtsamkeit und Atem mehr Raum,
tiefe Entspannung geschieht.

Das Wochenende lädt ein zu vertiefender Praxis, gerne für Yoginis und Yogis mit etwas Erfahrung im Üben.

Vor- und Nachname:

Straße, Nr.:

PLZ, Ort:

Tel.: (erreichbar):

E-Mail: _____

Einzelzimmer Doppelzimmer mit _____

ZAHLUNGS-UND TEILNAHMEBEDINGUNGEN:

Das Seminar finde statt im wunderschönen Seminarhaus Karneol im Münsterland: www.tagungshaus-karneol.de
Es stehen 10 Doppelzimmer und 5 Einzelzimmer zur Verfügung. Diese werden vor Ort mit dem Haus Karneol abgerechnet:
Unterkunft und Verpflegung im Doppelzimmer: € 246,- ; im Einzelzimmer: € 276,-

Gerne unterstützen wir bei der Bildung von Fahrgemeinschaften.

ZAHLUNGSMODALITÄT (AGB)

Wir bitten um Zahlung der Seminargebühren von 250,- Euro, die ab Januar 2025 auf unser Konto mit Betreff Haus Karneol 2025 und vollständigem Namen zu überweisen ist, damit ist die Anmeldung verbindlich und der Platz reserviert.
Das Wochenende findet statt mit mindestens 10 und höchstens 14 Teilnehmenden.
Sollte die Veranstaltung von unserer Seite nicht zustande kommen, bezahlen wir das Geld zu 100% zurück.

ERSTATTUNGSMODALITÄT (AGB)

Bei Anmeldung bis zum 31.01.2025 erstatten wir bei Stornierung 50% der Seminargebühren, danach ist eine Rückerstattung ausgeschlossen, es sei denn, ein anderer Teilnehmer übernimmt den Platz.

WEITERE VERTRAGSBEDINGUNGEN

Für selbst verschuldete Schäden, Verluste oder Verletzungen trägt der Teilnehmer die volle Verantwortung. Sollte die Veranstaltung aus Gründen höherer Gewalt nicht stattfinden können, so besteht keinerlei Verpflichtung zu Schadenersatz.
Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfall oder Diebstahl.
Es besteht kein Anspruch auf Rückerstattung, wenn Teile der Veranstaltung versäumt werden, z.B. bei Verspätung, Krankheit oder vorzeitigem Verlassen.

Hiermit bestätige ich, dass ich die werden die oben genannten AGBs akzeptiere.

Datum, Unterschrift

BANKVERBINDUNG

Flow & Align GbR
Anke Schweitzer und Birgit Wieczorek
Volksbank Berg
IBAN: DE97 3706 9125 0117 9750 10
BIC: GENODEDE1RKO

Anmeldung unter: flowalign@gmail.com
Weitere Infos unter: Birgit: FON: 015141443286
Anke: FON: 01712054239

