



Yogawochenende Haus Königssee 2020

Vom **19. bis 21. Juni 2020** findet zum vierten Mal unser Yogawochenende im Haus Königssee in Oberdürenbach statt.

Der Ort in nur 40 km Entfernung von Bonn bringt die Teilnehmer innerhalb kürzester Zeit in einen anderen Rhythmus. Die Umgebung, das gemütliche und gastfreundliche Haus mit traumhaftem Garten, das vegetarische, hervorragende Essen - alles unterstützt die Möglichkeit, Geschwindigkeit und Alltagsgedanken zu drosseln. Wir werden vollständig versorgt. Neben den vier Yogaeinheiten und dem gemeinsamen Essen ist Zeit für individuelle Bedürfnisse - spazierengehen, lesen, schlafen, Gespräche, Ausflüge. Nicht weit entfernt ist der Laacher See mit der Benediktinerabtei Maria Laach.

Tagesablauf

Freitag, 19. Juni 2020	ab 15 h	Anreise
	17 – 19 h	Yoga
	19.15 h	Abendessen
	- gemeinsamer Abend -	
Samstag, 20. Juni	7.30 – 8 h	für die, die möchten: Pranayama
	8.30	Frühstück
	11-13 h	Yoga
	13.15 h	warmes Mittagessen
	- freie Zeit -	
	17 – 19 h	Yoga
	19.15 h	Abendessen
- freie Zeit -		
Sonntag, 21. Juni	7.30 – 8 h	für die, die möchten: Pranayama
	8.30	Frühstück
	11-13 h	Yoga
	13.15 h	warmes Mittagessen
	- Abfahrt -	

Die Teilnahmegebühr für Yogaunterricht, Unterkunft im Doppelzimmer und Vollverpflegung beträgt 260,- €. Das Üben ist offen für Teilnehmer mit Erfahrung im Iyengar Yoga. Euer Platz ist sicher mit der Überweisung der Teilnahmegebühr.

10. Februar 2020