

Yoga für Dich

Individuelle Anpassung von Yoga-Methoden

25.11.-27.11.2022 im Kloster Heiligkreuztal
mit Matthias Eisele

An sich sind wir Menschen einander sehr ähnlich: der Aufbau des Körpers, die Funktion des Geistes - in ihrer Grundstruktur fast gleich. Und doch haben sich im Laufe des Lebens eigenen Muster eingeprägt: Haltung und Bewegungsmuster im Körper, Atemmuster, Vorlieben und Abneigungen, Charaktereigenschaften, Anforderungen im Alltag. Daher kann auch die Yoga-Praxis nicht für Jeden die Gleiche sein, wenn sie gut tun soll. Wir werden die verschiedenen Methoden und Anpassungsmöglichkeiten des Yoga gemeinsam erfahren und ausloten.

In Heiligkreuztal ist eine wunderbare Kloster-Anlage, nahe bei Riedlingen auf der schwäbischen Alb. Durch ihre Schönheit und Ausstrahlung, wie auch die Gastfreundschaft, ist sie ein idealer Ort für unser Seminar und bietet die notwendige Ruhe und Weite.

Freitag	Samstag	Sonntag
	7.00 Uhr Frühmeditation (45´) 8.00 Uhr Frühstück	7.00 Uhr Frühmeditation (45´) 8.00 Uhr Frühstück
	<i>Zeit zum Ausruhen, Schweigen, Singen, Schwätzen, Träumen, Tanzen.....</i>	
	10.00 Uhr Yoga (90´) 12.00 Uhr Mittagessen	10.00 Uhr Yoga (90´) 12.00 Uhr Mittagessen
	<i>Zeit zum Mittagsschlafen, Spazieren, Schwätzen, Lesen.....</i>	
Ab 19.30 Uhr Anreise 20.30 Uhr Yoga (60´)	16.00 Uhr Vortrag, Yoga (120´) 18.00 Uhr Abendessen 20.30 Uhr Yoga (60´)	13.30 Uhr Vortrag, Yoga (90´) 15.00 Uhr Abschluss
	<small>(Programmänderungen durch den Veranstalter sind möglich)</small>	



Anmeldung:

Hiermit melde ich ___ Personen zum Yoga-Wochenende 25.11.- 27.11.2022 im Kloster Heiligkreuztal verbindlich an. Die Seminargebühren werden mit Anmeldung fällig, spätestens 4 Wochen vor Seminarbeginn.

Name und Vorname

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

Telefon, E-Mail-Adresse

Datum und Unterschrift

Preise pro Person (incl. Übernachtung, Vollpension, Seminar)

- | | |
|---|---------------|
| <input type="radio"/> im Doppelzimmer Kategorie I | II |
| | 290 € 250€ |
| <input type="radio"/> im Einzelzimmer Kategorie I | II |
| | 320 € 280€ |

Zutreffendes bitte ankreuzen, Kategorie umkringeln

**Matthias Eisele, Danziger Str. 18, 72072 Tübingen; 07071/639226
KSK Tübingen, Kto.: 1105014, BLZ: 64150020**

Bitte Rückseite beachten

Bei **Rücktritt und Nichtteilnahme** werden nicht die ganzen Seminargebühren zurückbezahlt. Es kann eine Ersatzperson teilnehmen, ansonsten werden die dem Veranstalter entstehenden Kosten von der Seminargebühr abgezogen. Bei kurzfristiger Absage durch den Teilnehmer, weniger als zwei Wochen vor der Veranstaltung wird die gesamte Seminargebühr einbehalten, falls kein Ersatzteilnehmer gefunden wird.

Bei **Stornierung der Veranstaltung durch den Veranstalter** werden die ganzen Seminarkosten wieder zurückerstattet. Bei Erkrankung oder Verhinderung des Veranstalters kann das Seminar oder Teile des Seminars durch eine/n andere/n qualifizierte/n Yogalehrer/in durchgeführt werden.

Änderungen des Programms durch den Veranstalter sind möglich.

Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Der Veranstalter haftet nicht für eventuell auftretende Schäden jeglicher Art.

Bitte spätestens vier Wochen vor Seminarbeginn die Seminargebühren überweisen, damit die Anmeldung verbindlich bleibt.

Matthias Eisele	07071/639229
Danziger Str. 18	matthias.eisele@web.de
72072 Tübingen	
Kontoverbindung:	Kreissparkasse Tübingen
	IBAN: DE 6415 0020 0001 1050 14

Erklärung zu den Zimmern:

Kategorie I : Diese Zimmer haben eine eigene Dusche und WC
Das Seminar kostet je Person in dieser Kategorie
290 Euro im Doppelzimmer oder 320 Euro im Einzelzimmer.
Es gibt sehr wenige Zimmer in dieser Kategorie.

Kategorie II: Diese Zimmer haben das WC und die Duschen auf der Etage. Ein
Waschbecken ist im Zimmer
Das Seminar kostet je Person in dieser Kategorie
250 Euro im Doppelzimmer oder 280 Euro im Einzelzimmer.

Diese Preise enthalten beide Übernachtungen, 2 mal Frühstück, 2 mal Mittagessen,
1 mal Abendessen und alle Seminareinheiten.

Anmeldung an:

Matthias Eisele
Danziger Str. 18
72070 Tübingen
Tel.: 07071/639226
www.yoga-in-derendingen.de