



YOGA & WANDERN im Schwarzwald

mit Liina

16-23 & 23-30 Juli, 2022

Das Kur- und Gesundheitszentrum Friedborn liegt an einem schönen und ruhigen Ort im Südschwarzwald, nahe der Schweizer Grenze. Genießen Sie entweder die FriedbornKost (basenreich, pflanzlich, vollwertig) vorwiegend aus biologischem Anbau oder fasten Sie mit frisch gepressten Säften, Gemüsebrühe, Tee und Wasser. Bei einem Aufenthalt ab 7 Übernachtungen ist ein Beratungsgespräch bei einem homöopathischen Arzt inklusive. Die Möglichkeit verschiedene Massagen, die Colon-Hydro-Therapie und Bäder in Anspruch zu nehmen, besteht nach ärztlicher Verordnung.

Das Yogaseminar wird von Liina Puustinen, Iyengar-Yoga-Lehrerin (Intermediate Senior I) unterrichtet. Das Programm läuft von Sonntag bis Freitag. Die Anreise und Abreise erfolgt am Samstag. Jeden Vormittag üben wir zwei bis drei Stunden Asana und Pranayama, nachmittags gehen wir wandern.

Preise:

Yogaseminar (6 x 120 min Asana und 3 x 60 min Pranayama)
200 € bei Buchung bis 30 Mai 2022, 240 € danach

Sieben Nächte Vollpension ab*:

710 € Einzelzimmer/Doppelzimmer pro Person, Nordseite ohne Balkon
775 € Einzelzimmer Südseite mit Balkon

*Auch weitere Zimmerkategorien werden angeboten. Im Vollpension-Preis inbegriffen sind Unterkunft, veganes Essen oder Heilfasten und Wandern.

Die An- und Abreise sollte selbst organisiert werden. Der nächstgelegene Flughafen und ICE-Bahnhof ist Basel Bad Bhf, und Regionalzug Bad Säckingen.

Mehr Infos & Anmeldung:

liina@yogicway.de

+49 (0)1578 911 6518

www.yogicway.de

Kur- und Gesundheitszentrum Friedborn, Lehnhof 4, 79736 Rickenbach, DE

www.friedborn.de