

# Einfach mal loslassen

## Kursdaten

Das Seminar beginnt am 19.03.2020 um 18:00 Uhr mit der Begrüßung.  
Das Seminar endet am 22.03.2020 um 13:00 Uhr mit dem Mittagessen.

### Preise:

Seminar incl. Massagen + Vollverpflegung 290 €  
Unterkunft 3 Nächte 96 € - 141 € DZ, 168 € EZ

Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 6 Menschen.

## Unterkunft

HausVITA  
Kirchäcker 1  
79875 Dachsberg

Telefon: 01525 8956738  
[www.seminarhausvita.de](http://www.seminarhausvita.de)

## Programm

### Donnerstag

ab 15:00 Uhr Anreise  
18:00 Uhr Begrüßung + Seminareinführung  
19:00 Uhr Abendessen  
20:30 Uhr meditativer Ausklang

### Freitag/Samstag

07:30 Uhr sanftes Morgenyoga (optional)  
08:00 - 09:30 Uhr Frühstück  
10:00 - 13:00 Uhr Seminar  
13:30 Uhr Mittagessen  
15:00 - 19:00 Uhr Massagen  
19:30 Uhr Abendessen  
21:00 Uhr meditativer Ausklang

### Sonntag

07:30 Uhr sanftes Morgenyoga (optional)  
08:00 - 09:30 Uhr Frühstück  
10:00 - 12:30 Uhr Seminar/Abschluss  
13:00 Uhr Mittagessen

Bringen Sie mit: gute Schuhe und passende Kleidung für kleine Wanderungen in dieser wundervollen Kraft und Inspiration schenkenden Natur.

unterstützt durch



Women's Federation for  
World Peace Switzerland



Anmeldung

inspirit | Körper und Bewusstsein in Balance  
Gabriele Günther + Daniel Perrini  
07675 9291099  
[willkommen@inspirit-life.de](mailto:willkommen@inspirit-life.de)  
[www.inspirit-life.de](http://www.inspirit-life.de)



# Einfach mal loslassen

Atmen Sie auf in der herrlichen Landschaft des Südschwarzwaldes. Fühlen Sie sich willkommen, genießen Sie Momente der Ruhe und Entspannung, der Freude und des VerbundenSeins mit sich und der Natur. Erleben Sie einen erholsamen Ausgleich zum meist allzu geschäftigen Alltag.

Die Vormittage gestalten wir in der Gruppe mit Yoga, kreativem Tun, Geschichten, Ritualen, Tanz und Gespräch. An den Nachmittagen genießen Sie erholsame Massagen und Energiearbeit. Darüber hinaus ist genügend Freiraum, die Seele baumeln zu lassen, für Spaziergänge in der Natur.

Köstliche biologische, natürliche und entschlackende Verpflegung rundet das Programm ab.



unterstützt durch



**inspirit**

Körper und  
Bewusstsein  
in Balance



Women's Federation for  
World Peace Switzerland