

# Yoga im Kloster

## Mit Yoga und Meditation neue Kraft tanken

Dem Alltag den Rücken kehren, sich 5 Tage Auszeit gönnen, die Natur genießen und mit Hatha Yoga neue Energien auftanken.

Das Kloster liegt im Bayerischen Wald Nähe Sankt Englmar. Mitten in der Natur, weit abgelegen von Stress, Lärm und Hektik. Es gibt nur das Kloster, Wiese und Wald. Hier kannst du wunderbar den Frühling genießen und die Seele baumeln lassen.

Lebe den  
Moment!



### Im Reisepreis sind enthalten:

- ✓ 4 Übernachtungen im EZ inkl. Halbpension
- ✓ Gemeinsame Yogastunden und Meditation
- ✓ Yogamatten und Decken
- ✓ Kostenloses WLAN

Bitte ein Bade- oder Yogatuch und ein Meditationskissen mitbringen.

**Anmeldeschluss: 29. März 2019**



**Reisetermin:** 29.05.2019 – 02.06.2019

**Unterkunft:** Kloster Kostenz

**Reisepreis:** EUR 559,00 / Person im Einzelzimmer  
exkl. Hin-und Rückfahrt

### **Das geplante Programm:**

Anreisetag: Mittwoch, 29. Mai 2019

14.00 Empfang mit Tee, Kaffee und Butterbrezeln

16.00 Uhr Yoga zum Ankommen

Donnerstag bis Samstag:

Morgens: Wir begrüßen den Tag mit einer Yogaeinheit.

Tagsüber: Wanderungen in der Natur oder Ausflüge,  
Zeit zur freien Verfügung oder

Nutzung des Wellness-Bereiches (Hallenbad, Saunen)

Nachmittags: Yoga, Meditation und Entspannung

Abends: Gemeinsames Abendessen

Abreisetag: Sonntag, 02. Juni 2019:

Morgenyoga, Abreise nach dem Frühstück



### Zusätzlich gegen Gebühr buchbar sind:

- Wohlfühlticket 9,-- Euro/Tag für den Wellness-Bereich
- Massagen, Gesichts- und Ayurvedabehandlungen
- Fernseher 4,-- Euro/Tag
- Einzelcoaching (bei Karin Patzel-Kohler)