



Unser Gastgeber ist das 4 Sterne Hotel Leinsweiler Hof in Leinsweiler an der Deutschen Weinstraße gelegen inmitten eines Rebenmeers am Fuße der mächtigen Madenburg und in Sichtweite der Reichsfeste Burg Trifels. Hier ist ein Ort zum Entspannen mitten in herrlicher Natur.

Das hoteleigene Spa mit seinen schönen 1.200 m² großen Wellness- und Bäder-Bereich, beheizten Schwimmbad mit großem Außenbecken (28°C), modernen Außen-Sauna mit Panoramafenster, verschiedene Ruheräume mit Schwebeliegen und traumhafter Liegewiese, laden zum Entspannen und Genießen ein.

Die Küche glänzt mit exklusiven Genüssen der leichten mediterranen Küche, gepaart mit wechselnden regionalen Spezialitäten, stets frisch und individuell zubereitet.

Eine Verwöhnoase die keine Wünsche offen lässt.

YOGA RETREAT IM LEINSWEILER HOF

8. - 10 JULI 2022

Gönne dir eine Auszeit vom Alltag und kümmere dich drei Tage nur um dich! In diesem Retreat hast du die Möglichkeit dich mit verschiedenen Techniken der Selbstreflexion durch Yin (statisch, ruhig) und Yang (dynamisch, aktiv) ganz neu zu entdecken und dich im Einklang der Natur zu bewegen.



FREITAG:

Anreise ab 15 Uhr
 16.30 Uhr Willkommensrunde
 17.00 - 18.30 Uhr Yogapraxis
 19.00 Uhr gemeinsames Abendessen



Ruhe und Entspannung



Hotelansichten

SAMSTAG:

8.00 - 9.00 Uhr Morning Yoga Flow
 Anschließend gemeinsames Frühstück
 Im Anschluss Zeit für Wandern, Spa so wie du es für dich nutzen möchtest!
 17.00 - 18.30 Uhr Yogapraxis
 19.00 Uhr gemeinsames Abendessen



Yoga im Außenbereich



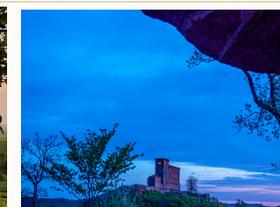
Fokus auf dein Ich

SONNTAG:

8.00 - 9.00 Uhr Morning Yoga Flow
 Anschließend gemeinsames Frühstück
 Im Anschluss Abreise (bis 11 Uhr) oder Verlängerung des Aufenthalts



Wunderschöne Landschaft



Blaue Stunde Burg Trifels

Das Retreat findet ab 10 Personen statt und kann i.d.R. nur in Verbindung mit einem Aufenthalt im Hotel gebucht werden. Tagesteilnahme begrenzt möglich.

PREISE

YOGA RETREAT

Early bird 149 € p.P. bei Buchung bis 28.02.2022, danach 169 € p.P.

Preise inkl. MwSt.

Nur in Verbindung mit Hotelbuchung möglich

Anmeldung & Info

astrid@yogastarck.de oder

+49 176 9679 7585

HOTEL

DZ 580 € (2 Personen)

DZ zur Alleinnutzung 318 €

Beinhaltet:

2 x Übernachtungen 2 x Frühstücksbuffet, 2 x Drei-Gang-Menü inkl. Spa Nutzung, Bademantel und Badetücher

Zimmerreservierung direkt im Hotel unter dem Kontingent „Yoga Retreat yogastarck“

Tel. 06345 - 409-0

info@leinsweilerhof.de



YOGASTAR©K



Astrid Starck, Yogalehrerin

Astrid unterrichtet mit Leidenschaft die verschiedenen Yoga-Stile und freut sich, immer wieder Neues im Yoga zu erfahren. In ihren Kursen kommt es ihr dabei besonders darauf an, die Teilnehmenden zu den eigenen Stärken zu führen und etwaige Schwächen akzeptieren und wertschätzen zu lernen. Hierfür lehrt sie kraftvoll-fließende Yogaabfolgen, Asanas (Körperfiguren) mit Fokus auf Atemübungen, aber auch Yoga des Klangs, Meditation, Yin Yoga, inklusive der Arbeit an Glaubenssätzen und Antreibern.

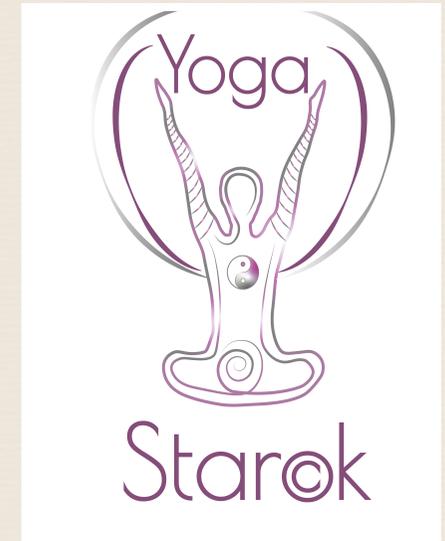
YOGASTAR©K

astrid@yogastarck.de

www.yogastarck.de

+49 176 96707585

YOGA RETREAT 8. - 10. JULI 2022



SO BIST DU DABEI

1. Schicke mir eine E-Mail an astrid@yogastarck.de
2. Ich sende dir alle Informationen und deine Rechnung für das Retreat zu.
3. Anschließend buchst du dir dein Hotelzimmer im Leinsweiler Hof unter dem Kontinent „Yoga Retreat yogastarck“.
4. Wir sehen uns beim Retreat

Anmeldung bis 30.04.2022

