



Yoga-Wohlfühl-Woche

Hatha-Yoga, Atemarbeit und Meditation mit Christel Staubitz

11. bis 18. Februar 2012

In der Wohlfühl-Woche biete ich ein 15-stündiges Kurs-Programm an – mit Hatha-Yoga, Atemarbeit und Meditation. Dabei setze ich auch Kristall-Klangschalen ein, deren Vibrationen die tiefe Entspannung verstärken können.

<http://www.elcabrito.es/hotel-el-cabrito/aktivitaeten/yoga.html>

Im Laufe der Woche bleibt ausreichend Zeit, um die Seele baumeln zu lassen, zu lesen, den Strand und den Atlantik zu genießen oder die Umgebung der Finca zu erkunden. Ein programmfreier Tag gibt Raum zur eigenen Gestaltung, zum Beispiel auch, um La Gomera auf eigene Faust oder bei einem gemeinsamen Ausflug kennenzulernen.

Die Preise:

- Das **Yoga-Kursprogramm** kostet 130,- Euro. Die Seminargebühr zahlen Sie bitte bei Kursbeginn direkt an mich.
- Die Preise für den **Aufenthalt in El Cabrito** entnehmen finden Sie bitte unseren Preislisten. <http://www.elcabrito.es/urlaub-bei-uns.html>
- Die Preise für **Yoga-Einzelstunden** nenne ich Ihnen gerne auf Anfrage.

Weitere Infos bei Christel Staubitz, buchungen@elcabrito.es