

Retreat Vibes

EAT



AND YOGA

07. - 09. Juni 2024
Sichere dir jetzt deinen Platz!



*Das Genuss
Yoga-Retreat für
Körper und Seele mit
Hai & Heidi*



ÜBER DAS RETREAT

Das EAT LOVE YOGA RETREAT steht für Genuss (EAT), Herzenergie und Verbindung (LOVE) und natürlich gaaaaanz viel YOGA in all seinen Facetten.

Das ultimative Retreat um Deinen Körper und Deine Seele mit wohltuendem Yoga und gesundem Essen zu nähren und ein Sommerwochenende in einer der coolsten Locations im Bayerischen Wald zu genießen.

EAT LOVE YOGA

EINE REISE DURCH DIE CHAKREN

Das diesjährige Retreat steht unter dem Motto "Reise durch die Chakren". In gut aufeinander abgestimmten Yoga- und Meditationseinheiten wirst du in die Chakrenlehre eintauchen und Zugang zu deinen 7 Energiezentren erhalten. So kannst du dich mit neuer Energie aufladen und gestärkt in deinen Alltag zurück kehren.



DEINE YOGALEHRERINNEN



Hai Nguyen

Zertifizierte Yoga-Lehrerin (500+Yoga Alliance)

Studioinhaberin Crazy Ganesha

Ausbilderin für Prä-und Postnatal Yoga

Kundalini Yoga-Lehrerin

www.crazyganesha.de



Heidi Glenk

Zertifizierte Yogalehrerin (Yoga Alliance)

Zertifizierte Life & Business Coach (Int. Coaching Federation)

Inhaberin Flow.Grow.Shine by Heidi Glenk

Expertin für Mindfulness, Weiblichkeit, Balance

<https://heidi-glenk.de>



AGENDA

FREITAG 07.06.2024

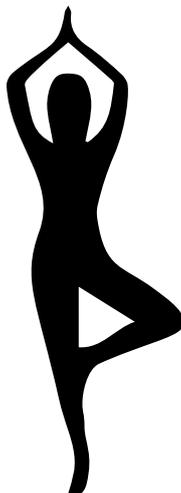
- ab 15 Uhr Anreise & Check In
- 17.30-19:00 Uhr **WELCOME ENERGY FLOW** (Heidi)
- 19:30 Uhr Gemeinsames Abendessen (3 Gänge Menü)

SAMSTAG 08.06.2024

- 8.45 - 9.45Uhr **CHAKRA MEDITATION** (Heidi)
- 9.45 -11.00 Uhr Reichhaltiges Frühstücksbuffet
- 12.00 - 14.00 Uhr **AWAKENING THE CHAKRAS FLOW** (Hai)
- 14.30 - 15.00 Uhr Mittagssnack
- 15.00 - 17.30 Uhr Freizeit, Wandern, Wellness, Coaching
- 17.30 - 19.00 Uhr **CHAKRA JOURNEY YIN KUNDALINI** (Hai)
- 19.30 Uhr Gemeinsames Abendessen (3 Gänge Menü)

SONNTAG 09.06.2024

- 7.00 -11.00 Uhr Reichhaltiges Frühstücksbuffet
- 11.00 - 12.30 Uhr **FEEL GOOD & FLOW** (Heidi)
- 13.00 - 14.00 Uhr Gemeinsames Mittagessen & Abschied





ANGEBOT

YOGA

Early Bird bis 31.03.2024 244 EUR
Regulär ab 01.04.2024 266 EUR

UNTERKUNFT

Zimmerpreise @Schnitzmuehle

4x haciend dz / abenteuer / Emoji Spa
EUR 230 pro zimmer für 1 oder 2 personen für 2 nächte // Fr. – So.

4x hacienda dz / organic room / Emoji Spa
EUR 250 pro zimmer für 1 oder 2 personen für 2 nächte // Fr. – So.

Bitte stelle Dich auf eine Doppelzimmerbelegung ein, die Teilnehmerzahl ist auf 16 Plätze begrenzt. Für Einzelzimmerwünsche bitte direkt bei der Schnitzmühle Verfügbarkeit anfragen.

RETREAT FOOD PAKET Reichhaltiges Frühstücksbuffet, Mittagssnack und 3 Gänge Abendessen

Plant Based Kitchen (Vegetarisch/Vegan)
EUR 129,- pro Person

COACHING OPTION

Bist Du mit einem Bereich Deines Lebens gerade unzufrieden? Fühlst Du Dich irgendwie festgefahren, ausgepowert oder orientierungslos?

Sehnst Du Dich danach, wieder mehr in die Verbindung mit Dir Selbst zu kommen und Dir ein selbstbestimmtes und zutiefst erfüllendes Leben zu gestalten? Ein Leben, das Du liebst?

Wünschst Du Dir eine Veränderung in Deinem Leben, weißt aber noch nicht genau was, oder wie?

Dann nutze die Gelegenheit und hole Dir ein professionelles Life Coaching! Das Flow-Grow-Shine Coaching unterstützt Dich dabei wieder in Deine innere Balance finden, voll in Deine Kraft zu kommen und Dein Inneres zum Strahlen zu bringen!!!

Erlaube Dir wertvolle Unterstützung auf Deinem Weg.

Flow-Grow-Shine Life Coaching (50 Minuten - Special) 99,- EUR

Infos & Anmeldung auf <https://heidi-glenk.de> oder direkt bei Heidi phone: 0177 6244231



BUCHUNG

YOGA: Anmeldung via website www.crazyganesha.de oder per email an crazyganeshayoga@gmail.com

UNTERKUNFT&VERPFLEGUNG: Buchung direkt bei der SCHNITZMÜHLE (Kontingent Eat Love Yoga) via website www.schnitzmuehle.de oder per email an info@schnitzmuehle.de

Dein Platz gehört dir, sobald die Zahlung bei uns eingegangen ist. Alle Zahlungsinformationen erhältst du nach deiner Buchung.

STORNOBEDINGUNGEN

Für den Fall, dass du deine Buchung stornieren musst, gelten folgende Stornobedingungen für das Retreat:

- 50% Stornokosten (Retreat) für Stornierungen bis 10.05.2024
- 100% Stornokosten (Retreat) ab dem 11.05.2024

Die Umbuchung auf eine von Dir vorgeschlagene Ersatzperson kann kostenfrei erfolgen. Für Unterkunft und Verpflegung gelten die Stornobedingungen der Schnitzmühle.



Wir freuen uns auf DICH und ein wundervolles Wochenende!

Deine Heidi & Hai