

# Yoga Retreat

in Holland am Meer

Yoga & Meditation



24. - 26. Sept. 2021  
in Egmond Binnen

mit  
Laura und Eva

Nichts bringt uns auf unserem  
Weg besser voran als eine  
Pause, um innezuhalten.



## Freitag

17:00-19:00 Uhr

Ankommen  
Sanfte Yoga-  
Einheit  
Geführte  
Meditation

## Samstag

09:00 -11:30 Uhr

Geh-Meditation  
am Strand  
Yoga-Flow

17:00-19:00 Uhr

Entspanntes Yin-Yoga

## Sonntag

9:00-11:30 Uhr

Kräftigende  
Yoga-Einheit  
Meditation

Abschluss

**Preis 260,00 Euro**

An unserem Wochenende sind alle Yoga- und Meditations-Einheiten sowie Wasser und Tee im Yogastudio enthalten. Deine An- und Abreise, sowie Unterkunft und Verpflegung, gestaltest du ganz nach deinen Wünschen. Beim gemeinsamen Abendessen in der Strandbar lassen wir - wer möchte - den Tag ausklingen. (Mindestteilnehmerzahl 8 Pers. / Corona-Stornierungsbedingungen abhängig von der Einstufung als Risikogebiet nach RKI)

Anmeldung: ✉ [yogaretreat.lauraundeva@gmail.com](mailto:yogaretreat.lauraundeva@gmail.com) ☎ 0151/12103907 oder 0171/5548833