



Yoga-Retreat

6. bis 8. November 2020



**Vijñana-Yoga, Yogalehrerin SKA
Monika Schlichtig**

Schildstr. 73, 96050 Bamberg

Fon: 0951/132232 oder 0176/211 57 491 | Mail: monika.schlichtig@gmx.de

www.mein-yoga-bamberg.de

*„Retreats“ sind Inseln der Stille
inmitten unseres Lebens in der Welt.
Sie stellen Momente dar, um unsere Praxis
zu intensivieren, aber auch zu reflektieren
und einfach einzutauchen.
In diesen „Treffen“ mit uns selbst enthüllt
sich von selbst eine Tiefe.*

Orit Sen Gupta

Übungszeiten

7.00 – 7.45 Uhr
Stilles Sitzen

9.30 – 11.30 Uhr
Asana

16.30 – 18.00 Uhr
Asana

21.30 – 22.00 Uhr
Entspannung vor dem
Schlafengehen (Freitag)



Zeit für Dich

Unser diesjähriges Herbstretreat findet im Seminarhaus der Dillinger Franziskanerinnen Montanahaus, Am Friedrichsbrunnen 7 in Bamberg statt.

Beginn: Freitag, 06.11.2020 16.00 Uhr

Ende: Sonntag, 08.11.2020 13.00 Uhr

Kursgebühr: € 170,-

Unterkunft & Vollpension: € 55,-/Tag (zahlbar vor Ort)

Hinweise: Es gibt nur Einzelzimmer!

Das Retreat findet bei Anmeldung von sechs Teilnehmern statt.

Anmeldungen bis spätestens 15. Oktober 2020.

Mit dem Eingang der Kursgebühr wird der Platz reserviert. Bei Stornierung einer verbindlichen Anmeldung fällt eine Ausfallgebühr von € 25,- an, bei kurzfristigen Absagen (10 Tage vorher) werden 50 % fällig, später der gesamte Betrag.





Anmeldung



Hiermit melde ich mich verbindlich für das Yoga-Retreat im Herbst
vom 06.11. – 08.11.2020 an.

Name

Vorname

Adresse

Telefon

E-Mail

Datenschutz

Alle Erklärungen zum Datenschutz können jederzeit unter
www.mein-yoga-bamberg.de nachgelesen werden.

Die allgemeinen Corona-Hygienestandards (Mund-Nasen-Schutz-Maske, Abstandsregeln, etc.)
gelten auch im Montanahaus. Bitte bringe Deine eigene Maske mit.

.....

Datum und Unterschrift

Vijñana-Yoga, Yogalehrerin SKA
Monika Schlichtig

Schildstr. 73, 96050 Bamberg
Fon: 0951/132232 oder 0176/211 57 491 | Mail: monika.schlichtig@gmx.de

www.mein-yoga-bamberg.de