

Women Circle

Ein Raum voller Kraft und Weiblichkeit.



In Zeiten von „schneller, weiter, besser“ sind Women Circles ein magischer Raum für alle Frauen. An diesen Tagen bieten wir die Möglichkeit, mit entspannten Yoga-Einheiten, Meditation und Massagen neue Energie aufzutanken.

Keine Vorkenntnisse nötig. Für alle Altersgruppen geeignet. Bitte bequeme Sportkleidung und Trinkflasche mitbringen.

KURSZEITEN:

Montag, 30.10.2023

15 – 18 Uhr Eintauchen in die Welt der ätherischen Öle mit Lena

20 – 21 Uhr Abend Flow Yoga mit Lena

Dienstag, 31.10.2023

9–12 Uhr Atem- und Körperwahrnehmung und Meditation mit Katja

15–18 Uhr Massage-Workshop mit Martina

20–21 Uhr Yin Yoga mit Lena

Mittwoch, 01.11.2023

9–10 Uhr Morning Flow Yoga mit Lena

11–12 Uhr Abschlusszeremonie mit Sophia

Tagungsbeitrag	€ 100,-	€ 50,- erm.
U/V Einzelzimmer	€ 169,-	€ 131,- erm.
U/V Doppelzimmer p. P.	€ 147,-	€ 116,- erm.
U/V Mehrbettzimmer p. P.	€ 131,-	€ 105,- erm.

REFERENTINNEN



Lena Kuhn, Yogalehrerin und Aromaberaterin für ätherische Öle. Ich freue mich, wenn meine Kursteilnehmerinnen durch die Yoga Praxis wieder einen Zugang zu sich selbst finden, ins Spüren kommen und ganz im Moment sein können.

Katja Umlauf, Yogalehrerin und ganzheitliche Lebensberaterin. Wir verbinden uns mit unserem Atem & unserem Körper und schauen uns unsere Glaubenssätze an, die einschränken oder auch befreien können.



Martina Freitag, Wellnessmasseurin und Reiki Therapeutin. Mit Achtsamkeitsübungen schaffen wir eine bewusste Wahrnehmung unseres Gegenübers. Nach Freiem Tanz zur Lockerung gibt es einen Massage-Workshop mit ätherischen Ölen.

Sophia Zenglein, Affirmationen und Theta-Healing®. Gemeinsam werden wir herausfinden, wie Affirmationen wirken. Die positiven Kraftsätze können richtig angewandt unser Leben nachhaltig verbessern. Mit der geführten ThetaHealing® Meditation werden wir uns kraftvoll verbinden und stärken.



Tagungsnummer: 2368

Beginn: Montag, 30.10.2023, um 15:00 Uhr
Anmeldung und Zimmervergabe ab 14:00 Uhr

Ende: Mittwoch, 01.11.2023, um 12:00 Uhr mit dem Mittagessen

Anmeldung: burg-rothenfels.de/programm

Bei Anmeldung per Post oder Mail bitte angeben:

- ▶ Name/Anschrift/Telefon oder E-Mail/Geburtsdatum
- ▶ Tagungsnummer und Kurztitel
- ▶ Zimmerwunsch
- ▶ Verpflegung: vegetarisch/vegan/mit Fleisch?
- ▶ Lebensmittelunverträglichkeiten?

MO 30.10. bis
MI 01.11.2023

