



IM KLOSTER (krankenkassenzertifiziert/ZPP Kurs*)

Termin: 21.-23.11.2025, Kloster Holzen, Allmannshofen

Beginn am Freitag mit Anreise ab 15 Uhr, 1 Yoga-Einheit (90 Minuten) am Abend mit anschließendem Abendessen.

Samstag beginnt der Tag mit 90 Minuten Yoga vor dem Frühstück, gefolgt von einer Pause für eigene Aktivitäten.

Mittagessen und eine längere Nachmittagspause, in der Massagen gebucht werden können. Eine weitere Yoga-Einheit von 90 Minuten findet noch vor dem Abendessen statt.

Sonntag wird wieder mit 90 Minuten Yoga gestartet und ein Frühstück beschließt den Wochenendkurs.

Kosten: 456 Euro

Der Preis enthält:

Kompakt-Yogakurs 136 Euro, Übernachtung inkl. Vollpension 320 Euro.

- 2 Übernachtungen inklusive Frühstück (Buffet) im Einzelzimmer
- 1 Obstkorb für alle TeilnehmerInnen im Veranstaltungsraum am Freitag und Samstag
- Getränke unlimitiert (Mineralwasser, Apfel- und Johannisbeerschorle) im Veranstaltungsraum am Freitag, Samstag und am Sonntag
- Abendessen am Freitag, Mittag- und Abendessen am Samstag in Form eines 3-Gang-Menüs
- **nicht** inklusive sind die Getränke zu den Mahlzeiten

Für Heimfahrer, die nicht die Übernachtung nutzen ergibt sich eine Tagungs- bzw. Verpflegungspauschale von 148 Euro. (Yoga und Verpflegung: 284 Euro)

*KU-ST-2YF3R1 - Hatha-Yoga im Kloster / 3 Tage Yoga-Auszeit in Kloster Holzen

(hier auch weitere Infos zum Kursinhalt. Der Kurs kann von Einsteigern mit Vorkenntnissen und Geübten besucht werden, es werden verschiedene Schwerpunkte vermittelt. Fließende Yogaübungen werden zu Einheiten verbunden, die Kraft, Atem und vor allem Entspannung fördern. Die Körperwahrnehmung wird geschult und die Beweglichkeit verbessert bzw. es wird viele Impulse hierzu geben)

Anmeldung Yogakurs über info@yogandrea.de,

Hotelaufenthalt/Verpflegung bitte separat buchen über info@kloster-holzen.de, Stichwort Yoga.

Ein Gemeinschaftsprojekt von www.yogandrea.de und www.kloster-holzen.de