

SOMMER- im Paradies,
im zauberhaften Les Passeroles in Frankreich
30. Juni – 07. Juli 2012



Absolut idyllisch, ruhig und friedlich in die Landschaft eingebettet liegt das Retreat-Center südlich von Angouleme in der Region Poitou-Charentes. Die Umgebung lädt zu Spaziergängen und Fahrten mit dem Rad ein. Lass die Seele baumeln, genieße den Austausch mit Gleichgesinnten und erfahre die positive Wirkung einer täglichen Praxis am eigenen Körper.



Programmablauf: abwechslungsreiches Programm (ca. 3-4,5 h täglich):

30.6 Anreise und gemeinsames Abendessen

Beginn am 01.07 mit dem Morgenprogramm

08:30 – 09:30 Uhr täglich Meditation, Pranayama und leichte Dehn und Dreh-Übungen

09:30 Uhr Frühstück

11:30 – 13:00 Uhr tägliche Asana- Praxis

13:00 Mittagessen

15:30 Tee und Kekse

17:30 – 19:00 Uhr 3 x kreatives Programm: Selbsterfahrung und Gruppenarbeit und Partnerübungen

19:00 Uhr Abendessen

Ende am 07.07 nach dem Frühstück

Inhalte: die Vielfalt des Yoga in Philosophie, Meditation, Mantren, Asanas und Pranayama, Phantasie Reisen, Gruppe- und Partnerübungen, angeleitete Tiefenentspannung...

7 Übernachtungen im Zimmer mit eigenem Bad/ vegetarische VP aus regionalen, hauptsächlich ökologischen Zutaten und aus dem eigenen Garten/ nachmittags täglich Chai-Tee und Kekse/ frisches und getrocknetes Obst ganztägig zur freien Verfügung/ in der Gruppenküche können den ganzen Tag heiße und kalte Getränke zubereitet werden/ 6 Fahrräder stehen kostenlos zur Verfügung/ Mittwoch Nachmittags gemeinsamer Ausflug (Transfer inkl.) nach Aubeterre zur Stadtbesichtigung und Abendessen, deshalb ist das Yogaprogramm nur Vormittags)

Preis im 2Bett-Zimmer p.P.

855 Euro

EZ-Aufschlag: 255 Euro (nur 2 EZ verfügbar)

Preis im 3Bett-Zimmer p.P

820 Euro

(ein 3-Bett-Zimmer zur Verfügung)



Zusatzinfos:

- Vor Ort sind Yogamatten und Hilfsmittel zur freien Verfügung. Du kannst aber gerne Dein eigenes Equipment mitbringen.

- Anreise möglich ab 16:30 Uhr

Anreise mit der Bahn von München aus nach Angouleme mit dem Eurostar für ca. 120 Euro / Transfer Bahnhof zum Retreat Center: 30 Euro p.P.

Anreise mit dem Flugzeug nach Bordeaux ca. 250 Euro / Shuttle ca. 60 Euro bis zum Retreat Center

Anreise mit dem Flugzeug nach Bergerac, Poitiers oder Limoges / Shuttle 120 Euro p.P. oder bei 3 Personen 60 Euro bis zum Retreat Center

- Abreise: ab 11:00 Uhr

- die Teilnehmerzahl ist auf maximal 12 Teilnehmer begrenzt, um ein individuelles Üben zu gewährleisten!

Anmeldung bis einschließlich 31. Mai 2012 per E-Mail unter info@yoga-rebhan.de. Kurzfristige Buchung nach diesem Termin ist natürlich auch noch möglich, sofern es noch freie Plätze gibt. Mit einer Anzahlung in Höhe von 350 Euro sicherst Du Dir Deinen Platz. Den Restbetrag bitte bis einschließlich 15. Juni 2012 zahlen. Nach Zahlungseingang erhältst Du eine Anmeldebestätigung und eine Reservierungsbestätigung für das Zimmer.

Postbank Essen:

Kontonummer: 967 145 437

BLZ: 360 100 43

Betreff: Yogaferien Frankreich 2012



Rücktritt:

Solltest Du nicht teilnehmen können, bitte ich um umgehende schriftliche Benachrichtigung. Die Anzahlung ist nicht erstattungsfähig. Ab dem 01. Juni 2012 sind 75% des Gesamtbetrages zu zahlen. Ab dem 15. Juni 2012, bei Nichterscheinen oder Abbruch des Seminars sind 100 % des Gesamtbetrages zu zahlen. Wenn Du einen Ersatzteilnehmer stellst, wird zusätzlich eine Umbuchungsgebühr von 25,00 Euro berechnet. Es besteht kein Anspruch auf Rückerstattung, wenn Teile der Veranstaltung nicht in Anspruch genommen werden. Ich empfehle Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung.

Schadenersatzansprüche:

Schadenersatzansprüche im Zusammenhang mit der Teilnahme an der Veranstaltung können nicht geltend gemacht werden, es sei denn, es wurde vorsätzlich oder grob fahrlässig gehandelt. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Die Kursleiterin muss auf eventuelle Krankheiten oder Einschränkungen vor Beginn der Veranstaltung von den Teilnehmer/innen persönlich hingewiesen werden. Muss eine Veranstaltung wegen zu geringer Teilnehmerzahl, Erkrankung des Seminarleiters oder anderen wichtigen Gründen abgesagt werden, werden die Teilnehmer/innen zeitnah darüber informiert und die gezahlte Teilnahmegebühr wird zurückerstattet. Weitere Ansprüche bestehen nicht. Es gelten die AGB´s auf meiner Seite

**Christine Rebhan Mentales Coaching / Yoga & Energie, Keuslinstraße 16, 80798 München
089-12 73 88 62, 0172-89 47 937, www.yoga-rebhan.de, info@yoga-rebhan.de**