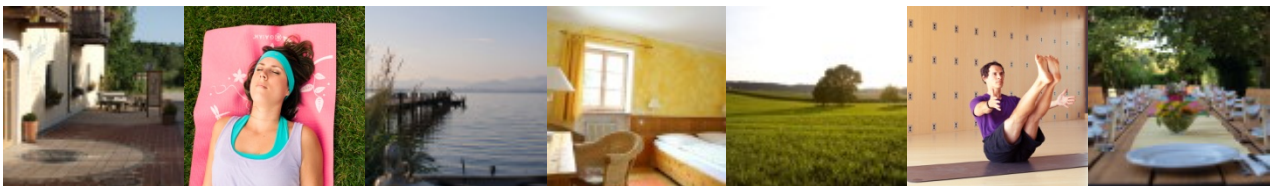


## ANDREA ZACH • YOGA

Yogalehrerin (YF, BDY Mitglied) 82166 Gräfelfing  
Zertifiziert nach §20 und §20a Tel.: 089-69359940  
Dipl. Mathematikerin mail: [info@andreaszach.de](mailto:info@andreaszach.de)

[www.andreaszach.de](http://www.andreaszach.de)

### Ihre Teilnehmer Informationen zum **YOGAWOCHENENDE** AM CHIEMSEE, 02.-04.10.2015



#### *Das dürfen Sie erwarten:*

Sie möchten klassisches Yoga erlernen oder Ihre Kenntnisse vertiefen, verbunden mit einer Auszeit am Chiemsee?

Hier haben Sie eine optimale Möglichkeit, einmal tief durchzuatmen.

Es werden sowohl theoretische als auch praktische YOGA Grundlagen unter Berücksichtigung der traditionellen, indischen Gesundheitslehre (Ayurveda) erläutert. Sie erhalten Hinweise und Anregungen für einen gesunden Yoga Alltag unter Beachtung Ihrer individuellen Konstitution und Verfassung.

Es gibt ausreichend Zeit über das Gelernte ins Gespräch zu kommen und Ihre Fragen zu klären.

Das Seminar richtet sich sowohl an Anfänger, als auch an Interessierte mit Übungserfahrung. Die Teilnehmeranzahl von maximal 16 Personen ermöglicht es mir, Sie individuell zu betreuen.

#### *Ort und Lage:*

Seminarhotel Jonathan, Chieming/ Hart am Chiemsee

Herrlich und gemütliches ehemaliges Hofgut. In ruhiger, naturnaher und idyllischer Lage, am Dorfrand, nur acht Fahradminuten vom Chiemsee (Fahrräder vor Ort vorhanden) findet sich das baubiologisch errichtete Wohlfühl-Hotel mit Sauna und Hotpool. Unser Yogaraum ist hell, warm und großzügig unterm Dach gebaut. Weitere Infos dazu finden Sie auf meiner Webseite:

<http://www.andreaszach.de/kurse-seminare/seminare-am-chiemsee/>

## Preise:

Yoga Theorie und Praxis: Fröbucherrabat 169.- € , Normalpreis 196.- €

Es gelten meine Schüler, Azubi- und Studentenrabatte von 10%.

Hinzu kommt eine viel gelobte, vegetarische Vollwert - Vollpension (auf Wunsch gegen Aufpreis auch Bio-Fisch oder Bio-Fleisch):

inkl. Übernachtung, Frühstücksbuffet,

mittags und abends jeweils ein warmes, vollwertiges Buffet sowie eine üppige Salatauswahl. Außerdem inklusive: ein 24 Stunden Getränke Buffet (enthält Kaffee, Getreidekaffee, verschiedene Tees, Milch, sowie Apfel- und Orangenfruchtsaftgetränk, Osmosewasser und Obst).

Die Preise dazu variieren je nach Zimmerart.

Angaben pro Person für das ganze Wochenende in €:

Gerne bin ich bei der Vermittlung von TeilnehmerInnen behilflich, welche ein Zimmer teilen wollen:

### Zimmer in €

Einzelzimmer 224.-

Doppelzimmer 174.-

Dreibettzimmer 150.-

Vierbettzimmer 138.-

### Wohnstudio in €

als Einzelzimmer 308.-

als Doppelzimmer 212.-

als Dreierzimmer 174.-

als Vierebelegung 150.-

## Bitte bringen Sie mit:

- Mindestens eine festere, nicht zu dünne **Decke**, Anfänger gerne auch zwei (falls sie keine Decke mitbringen möchten: vor Ort können Decken in begrenzter Anzahl -gegen Gebühr- ausgeliehen werden)
- Falls zur Hand: ein festeres **Kissen**
- Bequeme (Sport -)**Kleidung**, (warme) **Socken** für Übungen im Liegen
- 

## Zeitplan Wochenende 16.-18.05.2014 (Änderungen vorbehalten):

TAG	ABLAUF	UHRZEIT
<b>Freitag</b>	Anreise	Ab ca. 16:30
	Begrüßung/(YOGA) Einführung	17:15
	Abendessen	18:45
	Yoga Theorie und Praxis	20:00 - 21:15
<b>Samstag</b>	Frühstück	ca. 08:00
	Yoga Theorie u. Praxis	09:15
	Mittagessen	12:30
	Yoga Theorie u. Praxis	ca. 15:30
	Abendessen	18:30
<b>Sonntag</b>	Frühstück	ca. 08:00
	Yoga Theorie u. Praxis	09:15
	Mittagessen	12:30
	Yoga Theorie u. Praxis	ca. 14:30 - 16:30

## *Stornobedingungen*

Ich akzeptiere die folgenden Rücktrittsbedingungen: Bei einer Stornierung - bis 12 Wochen vor Seminarbeginn sind 10% - in der 12. bis 8. Woche sind 20% - in der 8. bis 4. Woche sind 45% - in den letzten 4 Wochen vor Seminarbeginn sind 70% der gesamten Seminargebühr inkl. Unterkunft zu entrichten. Wenn ein Ersatzteilnehmer gefunden wird, reduziert sich die Stornogebühr auf 10%.

Sie haben weitere Fragen? Zögern Sie bitte nicht, auf mich zuzukommen. Ich freue mich auf Sie und wünsche Ihnen viel Spaß, Entspannung, Erholung und Erfolg beim Yogalernen und -üben!

Herzliche Grüße, Ihre

*Andrea Zach*