

Athletik Yoga Weekend mit Stephan und Laura

13.-15.03.2020

Programm

Freitag

Anreise bis 15:00 Uhr	Willkommensdrink
16:00 -17:30 Uhr	Athletik Yoga
18:30 Uhr	Abendessen (vegane Tapas und Flammkuchen) Das Abendessen wird von einer Sinnes-Weinprobe mit veganen Weinen begleitet.

Samstag

8:30-10:00 Uhr	Athletik Yoga
ab 10:00 Uhr	Frühstück
16:30-18:00 Uhr	Athletik Yoga
20:00 Uhr	veganes 3-Gang-Überraschungsmenü

Sonntag

8:30-10:00 Uhr	Athletik Yoga
ab 10:00 Uhr	Frühstück

individuelle Abreise

(Änderungen vor Ort vorbehalten)

Kosten Yogaprogramm

185 Euro für vier Einheiten mit 2 Lehrern pro Einheit

Sende deine Anmeldung bitte an:

mail@stephan-suh.de

Den Betrag von 185 Euro für das Yogaprogramm überweise bitte auf folgendes Konto:

Kontoinhaber: Stephan Suh
Frankfurter Sparkasse
DE34 5005 0201 1202 3790 34 BIC HELADEF1822
Betreff: Athletik Yoga Weekend

Kosten Hotelübernachtung und Verpflegung für das Wochenende

Dein Hotelzimmer buche bitte direkt im Winzerhotel Trautwein, dort bezahlst Du bei Abreise:

Winzerhotel Trautwein
Außerhalb 12
55237 Flonheim
Telefon: 0 67 34 2 61 06 19
Mobil: 0176 20 26 57 61
Mail: urlaub@weingut-trautwein.de

Falls die Zimmer im Hotel Trautwein bereits mit Teilnehmern belegt sind, kannst Du trotzdem am Retreat teilnehmen und im 300m entfernten Espenhof übernachten:

Hotel Espenhof
Hauptstraße 81
55237 Flonheim
Telefon: 0 67 34 9 40 40
Mail: weingut@espenhof.de