

Preise

Yoga und Philosophie Paket:
Frühbucher bis 07.01.24: 260 €
Bitte erst in 2024 bezahlen.
Ab 08.01.2024: 320 €

Zuzgl.

Unterkunft im Kloster

EZ im Kloster p. P. für 2 Nächte VP 257 €
DZ im Kloster p. P. für 2 Nächte VP 237 €

Mittagessen am Abreisetag zuzgl. 14 €

Die Unterkunft wird mit dem Kloster direkt abgerechnet.
Das Kloster erstellt **nach** dem Wochenende eine Rechnung, wenn gleich ab 4 Wochen **vor** Kursbeginn Stornierungsgebühren anfallen.



DAS KLOSTER

Das Kloster Vinnenberg wurde mit edlem Geschmack renoviert. Die puristische, feine Atmosphäre des Hauses lässt einen zur Ruhe kommen.

Seit 800 Jahren ist es ein Ort der Besinnung und des Gebetes, was berührend spürbar ist.

Die Zimmer sind schlicht und schön, das Essen einfach, aber gut.



SELF & CALM

YOGA UND MEDITATION

ANUSARA® YOGA

09. – 11.02.2024



KLOSTER VINNENBERG

MÜNSTERLAND



STORNIERUNGSBEDINGUNGEN

Vom 15. bis 29. Tag vor Beginn 40 % des Gesamtbetrags
Vom 01. bis 14. Tag vor Beginn 80% des Gesamtbetrags

Am Tag des Veranstaltungsbegins 100 %

KONTAKTDATEN



Kathrin Rottmann
Höhenstraße 71
51381 Leverkusen
Tel: 0172-6503993



kathrinrottmann@gmx.com
www.selfandcalm.com



ANUSARA-Inspired™ YOGA

FR. Start 12:30 Uhr mit einem gemeinsamen Mittagessen und einem ruhigen Ankommen.
15:00 Uhr – 18:00 Uhr Philosophie / Asana / Meditation

Sa.

07:00 Uhr - 08:00 Uhr Asana / Meditation

10:00 Uhr - 12:00 Uhr Asana

15:30 Uhr - 18:00 Uhr Philosophie

So.

07:00 Uhr - 08:00 Uhr Asana und Meditation

10:00 Uhr - 12:00 Uhr Asana und Philosophie

Meditation

Um dich mit der tantrischen Meditation vertraut zu machen, schau einfach mal bei meinem YouTube Kanal vorbei:

YouTube Kathrin Rottmann

Oder bereite dich mit dem Kurs: „tantrisch meditieren lernen“ freudig auf das Wochenende vor.



KATHRIN ROTTMANN

Anusara-Inspired™ Yoga Teacher
Meditationslehrerin

Aus der Erfahrung einer tiefen Verbindung mit diesem Text und der Traditionslinie in der er steht, schöpfe ich die Inspiration für meine Arbeit. Mit großer Freude ist es mein Anliegen, den Wert dieser Weisheitslehre in die heutige Zeit zu bringen.



ONLINE

Kostenlose Meditationen auf:

- Spotify unter: „SELF & CALM Meditationen für Ruhe und Selbstentfaltung“.
- Insighttimer unter „Kathrin Rottmann“.
- Youtube: tantrisch leben und meditieren

Die Audio Kurse: „Tantrisch meditieren lernen“ und „Die Yoga-10800 Stunden“

