

YOGA & NATUR

7. – 10. Oktober 2021



Inmitten von Grün liegt das Pichlschloss wie eine kleine Oase, sonnig am Waldrand. Nur 15 Gehminuten vom Ort Neumarkt entfernt und umgeben von vielen Wander-, Kultur- und Ausflugsmöglichkeiten.

Entfernungen mit dem Auto: Wien: 2,5 Std, Graz 1,5 Std., Salzburg: 2 Std., Klagenfurt 1 Std.,
Bahnhöfen: gratis Abholung von Neumarkt /Steiermark oder am Anreisetag um 13.12 von Unzmarkt (Schnellzugstation für Züge aus Wien und Graz)



Anmeldung am Veranstaltungsort:

Hotel Landsitz Pichlschloss
Familie Heindl
A-8820 Neumarkt - Mariahof, Stadlob 125
T: +43 (0) 3584/24 26, Fax: DW -4
E: info@pichlschloss.at
www.pichlschloss.at



Pichlschloss
Neumarkt, Steiermark

Yoga im Einklang mit der Natur

Gönnen Sie sich ein Gesundheits- & Genusswochenende! Sie werden tief durchatmen, sich achtsam bewegen und Entspannung finden – auf der Yoga-Matte und im Wald rund ums Pichlschloss!

Anreisetag:

17 – 18 h Yoga zum Entspannen, anschließend Abendessen

1. Tag:

7.30 – 8.30 h: Yoga für einen freudvollen Start in den Tag, anschließend Frühstück und freie Zeit für Wandern im Naturpark Grebenzen, ein Buch oder eine Massage zu genießen etc.

17.30 bis 18.30 Uhr: Yoga & Entspannung – danach: Abendessen

2. Tag:

7.30 – 8.30 Uhr: Morgenyoga und anschließend Frühstück

10.30 – 12: Uhr: Yoga- & Wahrnehmungsübungen in der Natur, gemütliche Mittagspause

17.30 – 18.30 Uhr: Yoga - Schwerpunkt Rücken, Nacken, Schultern
ab 18.30 Abendessen

Abreisetag:

7.30 – 8.30 Uhr Yoga für Balance im Leben

anschließend gemeinsames Abschluss-Frühstück

BITTE MITBRINGEN:

Bequeme Kleidung, warme Socken, regenfeste Schuhe für Übungen in der Natur, Yogamatte wenn vorhanden!

Keine Voraussetzungen erforderlich!

Bei Beschwerden bitte mit dem Hausarzt abklären, ob Yoga-Übungen förderlich sein können.

SEMINARLEITUNG:

Dr. Margit Weingast, Yogatrainerin und Coach

www.margitweingast.at

begrenzte Teilnehmeranzahl

Zur Ruhe kommen, wahrnehmen, zu sich finden



ORT:	Hotel Landsitz Pichlschloss
TERMINE:	7. – 10. Oktober 2021
BEGINN:	um 17.00 Uhr; check in ab 13 Uhr
HOTEL:	3 Nächte inklusive Halbpension: Frühstück & Gourmetmenü: € 270,-- plus € 1,50 Tourismusbeitrag/Tag optional: Mittagstisch € 14,-/Person
SEMINAR:	€ 185,- inkl. Überraschungspräsent

Im Preis sind Standard-Zimmer (mit Dusche, WC, Telefon, TV + Bademantel) inkludiert, der Aufschlag für Classic-Zimmer (renovierte Zimmer) beträgt € 10,--/Person/Nacht. Kein Einbettzimmerzuschlag im Standard-Zimmer, das Classic-Doppelzimmer für sich alleine: plus € 15,-/Nacht

Frühstück, Mittagstisch und Abendessen: mit Produkten aus der Pichlschloss-Manufaktur und von Biobauern der Region

Nützen Sie unser Angebot an Sauna, Massagen, Shiatsu, Klangschalenmassage, Klangschalenmeditation, Fußreflexzonenmassage und Wellnessbehandlungen!
outdoor: Park, Luftkurhalle, Fühlparcour mit Kneippbecken, Waldinseln, viele Wandermöglichkeiten durch den Naturpark

Wir freuen uns auf Sie!