

Genussfasten plus Yoga auf Hiddensee

- Eine Reise zu dir selbst -

03. – 09. März 2024

Eine bezaubernde Insel, die süchtig, leicht und fröhlich macht mit

Rosemarie und Udo



Wir fasten nach dem Heilwissen von Dr. Buchungen, flüssige Nahrung wird unseren Tag bereichern. Dazu gehören Kräutertees, klassische Gemüsebrühen, frisch gepresste Säfte und natürlich Wasser. Im Wechsel bieten Udo Terasa und Rosemarie Worseck zur Steigerung von Vitalität und Freude zweimal täglich Yoga in einem wunderschönen Saal im Strandhotel auf Hiddensee an. Matrasingen und Meditation ergänzen täglich das Programm.

Aufwendungen und Leistungen:

Übernachtung im Strandhotel (NEU!), 6 Übernachtungen im EZ in Vitte im Strandhotel: 475€ (zahlbar im Hotel), 7 Tage Fastenbetreuung mit täglich 4 Stunden Yoga und Meditation 450€ (Zahlung an Udo oder Rosemarie nach Rechnungsstellung), Möglichkeit der Übernachtung für zwei Personen in einer Ferienwohnung im Godewind bei Bedarf (bitte anfragen)!

Hinweis:

An- und Abreise erfolgen individuell, Reisehinweise ca. 4 Wochen vor Reisebeginn. Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung.

