

## Yogaveranstaltungen 2023



- 1. Gemäßigtes Fasten nach Hildegard**  
(geeignet für Leber- und Darmpflege) via ZOOM. Als Paket  
tägliches Yoga (morgens von 7-8 Uhr), Meditation am  
Abend und Hildegard Rezepte für jeden Tag.  
Termin: **09. bis 19. Januar 2023**
- 2. Fasten auf Hiddensee** mit Rosemarie und Udo  
Buchinger Fasten mit täglich 2x Yoga  
Termin: **12. bis 18. März 2023** (siehe Anlage)
- 3. Ayurveda auf Sri Lanka** mit Rosemarie und Neue Wege  
unter: [Yoga- und Ayurveda Gruppenreise | Barberyn Beach  
Resort \(neuewege.com\)](#)  
Termin: **14.05. bis 27.05.2023** (siehe Link)
- 4. Yoga und Meer in Ahrenshoop** mit Rosemarie  
unter: [Yoga & Meer mit Rosemarie Worseck \(the-grand.de\)](#)  
Termin: **6. bis 8. Oktober 2023** (siehe Link)
- 5. Yoga auf Madeira** mit Rosemarie und Neue Wege  
unter: [Yoga Urlaub Madeira - Herbst im Hotel Estalagem  
\(neuewege.com\)](#)  
Termin: **12. bis 19. Oktober 2023** (siehe Link)

