



YOGASCHULE
SO'HAM

GESUNDE DETOX-ZEIT FREUNDINNEN- WOCHENENDE

im Rahmen der
Gesundheitswochen 2020

SCHWIELOWSEE
TOURISMUS



24. – 26. APRIL 2020 – 3 TAGE
(Anmeldungen werden bis zum 24. März erbeten)

Abseits von Lärm und Hektik – mitten im schönen Caputher Wald- und Seengebiet – finden Sie Entspannung und Zeit, Ihrem Körper mehr Aufmerksamkeit zu widmen. Die Heilpraktikerin Rosemarie und die Gastgeberin Nicole verwöhnen Sie mit frisch gepressten Säften, Yoga, Sauna und neuem Wissen über die Kraft der Entgiftung. Lassen Sie die Seele baumeln und erfahren Sie mehr über die Geheimnisse einer Detox-Kur. Genießen Sie die Zeit mit Ihrer Freundin, wir erwarten Sie in 7 liebevoll eingerichteten Appartements im Schlosspark Caputh mit einem gesunden Wohlfühlprogramm!

DAS PROGRAMM

- Freitag:**
- Anreise ab 15 Uhr möglich
 - 17 Uhr Empfang mit Vitamincocktail
 - 17.30 - 19.30 Uhr Yogaseminar – Teil 1
 - 20 Uhr Detox-Vortrag
 - ab 21 Uhr Sauna
- Samstag:**
- 9- 12 Uhr Säfteherstellung und Yogaseminar Teil 2
 - 12 Uhr Vorstellung der Rezeptsammlung: Detoxsäfte
 - ab 12.30 Uhr Mittagspause mit Leberwickel
 - 16 - 19 Uhr Säfteherstellung und Yogaseminar Teil 3
 - ab 19.30 Uhr Filmabend und Sauna
- Sonntag:**
- 9-10 Uhr Abschiedscocktail und Übergabe der Rezepte/ Detoxvorschriften für zu Hause

BUCHUNG UND PREISE

Rahmenprogramm Detox-Kur 280 € pro Person

incl. 3 Yogaseminare á 120 Minuten, 5 frisch gepresste Vitamincocktails, Leberwickel, Rezeptsammlung, Detox-Vortrag, Film und Saunanutzung

Information und Anmeldung: Rosemarie Worseck

☎ 0163 98 051 21 / info@heilkunst-yoga.de / www.heilkunst-yoga.de

2 Übernachtungen in den stilvollen Appartements im Schlosspark

1 Appartement mit 2 Personen – 159 €/Person

1 Appartement mit 1 Person – 179 €/ Person

Information und Anmeldung: Nicole Nagy

☎ 0173 60 959 51 / info@appartement-schlosspark-potsdam.de / www.appartement-schlosspark-potsdam.de