

# ***ICH BIN DANN MAL BEI MIR...***

*EIN WOCHENENDE NUR FÜR MICH*

## **Detox- und Relax-Yoga-Wochenende**

**06. + 07. April 2019**

**im Seminarhaus Lebensbaum**

***YIN & YANG-YOGA, ATMEN, STILLE, KLÄNGE, MANTRAS, AUFTANKEN  
UND IN DEINEM RHYTHMUS SCHWINGEN***

*zum Entspannen, Stressabbau und zur Harmonie von Körper,  
Geist und Seele*

**MIT**

**MONIKA & YVONNE**

**YOALEHRERINNEN**



**von Samstag, 06. April 10.00 – 18.00 Uhr  
bis Sonntag, 07. April 10.00 – 17.00 Uhr  
im Seminarhaus Lebensbaum,  
Mucher Str. 31, 53804 Much-Marienfeld**

---

*Geeignet für alle, die abschalten, zu sich kommen, entspannen, Stress abbauen, etwas für Körper und Seele tun und einfach einmal loslassen möchten.*

*Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, die Übungen richten sich nach den TeilnehmerInnen.*

---

**Kosten incl. 2x vegetarische Mittags- und 1x Abendverpflegung:**

Frühbucher bis zum 01.02.2019: 200,- €, ab 02.02.2019: 225,- €

**Bitte mitbringen:** Yogamatte oder Decke, stilles Wasser, Kaffee, Tee und leichtes Gebäck vorhanden.

Günstige **Übernachtungsmöglichkeiten** sind vorhanden, Einzel-, Doppelzimmer-und Mehrbettzimmer.  
Bei Bedarf: Info: Elisabeth Born, Tel. 02245/4140, Email: lebensbaum.born@t-online.de

---

**Info und Anmeldung:** Yvonne Lamers, Tel. 0151-53963113 Email: yogayvi@gmail.com  
Bankverbindung: KSK Köln: IBAN: DE60370502991000607101, BIC: COKSDE33

# Anmeldeformular

Für eine verbindliche Anmeldung fülle bitte dieses Formular aus und sende es per Post oder Email an:

**Yvonne Lamers, Am Rosenhang 10, 51545 Waldbröl**  
**Tel. 0151-53963113 Email: yogayvi@gmail.com**

**Hiermit melde ich mich verbindlich an für das Detox und Relax-  
Yogawochenende mit Monika Schostak & Yvonne Lamers  
am 06. und 07.04.2019**

**im Seminarhaus Lebensbaum, Mucher Str. 31, 53804 Much-Marienfeld**

Kosten incl. 2x vegetarische Mittags- und 1x Abendverpflegung:

Frühbucher bis zum 01.02.2019: 200,- €

ab 02.02.2019: 225,- €

Die Seminargebühr von.....200,- €.....225,- € habe ich überwiesen.

Name, Vorname.....

Strasse.....

Ort.....

Telefon.....

Email.....

Ich erkenne die Teilnahmebedingungen an und übernehme die volle Verantwortung für meine Gesundheit.

Datum..... Unterschrift.....

## **Teilnahmebedingungen:**

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Die Anmeldung ist verbindlich, wenn die Teilnahmegebühr auf dem angegebenen Konto eingegangen ist. Bei Rücktritt bis 4 Wochen vor Workshop-Beginn: 30,-€ Stornierungsgebühr. Bei Rücktritt bis 2 Wochen vor Workshop-Beginn beträgt die Stornierungsgebühr 50 Prozent der Kursgebühr. Danach ist die volle Kursgebühr zu zahlen, falls keine ErsatzteilnehmerIn gefunden wird.

## **Bankverbindung:**

Yvonne Lamers, Kreissparkasse Köln  
IBAN: DE60370502991000607101  
BIC: COKSDE33