

Ein Wochenende im Kloster mit Yoga & Qi Gong

Zeit für Rückzug, Stille und innere Einkehr

30.06. – 02.07.2017
und
27. – 29. Oktober 2017



In der meditativen, friedvollen Umgebung eines Klosters inmitten des schönen Odenwaldes kannst Du ein Wochenende lang aufatmen und neue Kraft tanken, unterstützt von Yoga und Qi Gong.



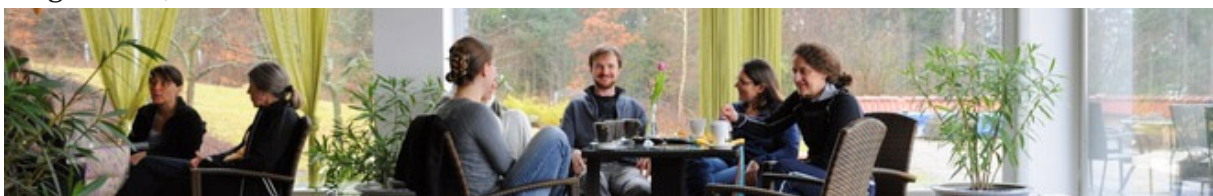
Das Kloster und Seminarzentrum „Buddhas Weg“ in Siedelsbrunn ist ein Ort der Begegnung, wo Menschen zusammen kommen, um Stille und Harmonie zu finden.

Man muss weder dem Buddhismus zugewandt sein, noch überhaupt einen Glauben verfolgen – die Bewohner des Zentrums empfangen jeden mit offenen Armen und Herzen.

Wir praktizieren als Gruppe Yoga & Qi Gong, eingebunden in den Tagesablauf des Klosters mit köstlichem, vegetarischem Essen.

Freitag,	17:00 Uhr	Come together + Kennenlernrunde
	18:00 Uhr	Abendessen
	19:30 – 21:00 Uhr	Lockerungs- und Atemübungen
Samstag,	7:30 Uhr	Meditation (optional), 8:00 Uhr Frühstück
	9:30 – 11:30 Uhr	je eine Einheit Yoga & Qi Gong mit Pause
	12:00 Uhr	Mittagessen
	14:30 – 17:30 Uhr	Yoga & Qi Gong mit Pause
	18:00 Uhr	Abendessen
	19:30 – 21:00 Uhr	Tagesausklang
Sonntag,	7:30 Uhr	Meditation (optional), 8:00 Uhr Frühstück
	9:30 – 11:30 Uhr	Yoga & Qi Gong mit Pause
	12:00 Uhr	Mittagessen
	13:30 – 15:00 Uhr	Abschlusseinheit

Nach den Mahlzeiten ist Raum, die wunderschöne Umgebung und klare Luft des Odenwalds bei Spaziergängen zu genießen. Im schönen Teehaus kann man bei selbstgebackenem Kuchen und Tee oder Kaffee inspirierende Gespräche führen oder einfach die Seele baumeln lassen. Fröhlichmorgens (vor dem Frühstück) besteht die Möglichkeit, an den klösterlichen Zeremonien u. Meditationen teilzunehmen.





Die **Kursgebühr** beträgt 185 Euro inklusive Seminarpauschale fürs Kloster sowie Kaffee, Tee, Wasser und Gebäck während der Pausen. Übungsmatten, Meditationskissen und Decken sind vorhanden.

Die **Unterbringung** erfolgt im Gästehaus in einfachen, hübsch eingerichteten Zimmern, wahlweise in der Standard-Kategorie oder neu renovierten Lotus-Zimmern. Bettwäsche und Handtücher sind vorhanden.

	Standard:	Lotus
Einzelzimmer	50 Euro p.P./Tag	60 Euro p.P./Tag
Doppelzimmer	30 Euro p.P./Tag	45 Euro p.P./Tag
Dreibettzimmer	20 Euro p.P./Tag	----

Für die köstliche vegetarische **Vollverpflegung** fallen **50 Euro** an. (Freitag Abendessen, Samstag Frühstück/Mittag- und Abendessen, Sonntag Frühstück + Mittagessen)

Die Anmeldung für Zimmer erfolgt über uns, die Kosten für Übernachtung und Verpflegung sind direkt im Kloster zu entrichten.

Stornierungen: Für Übernachtungsbuchungen, die später als 48h vor Anreise storniert werden, stellt das Kloster 100 % der Kosten in Rechnung. Es kann allerdings eine Ersatzperson einspringen.



Kursleitung:

Britta Sattig, Luna- und Hatha Yoga Lehrerin, Fortbildungen in Yin-Yoga, Hormonyoga, Lu Jong, Atemtherapie, Qi Gong, Reiki.

Manfred Sattig, zertifizierter Qi Gong Lehrer, Fortbildung in Atem- und Empfindungstherapie.

Beiden ist es ein Anliegen, einen geschützten Raum zu schaffen, der es den Teilnehmern ermöglicht, sich fallen zu lassen und ganz bei sich anzukommen.

Liebevoll begleiten Sie Dich dabei. Leichtigkeit und Freude hat beim Üben oberste Priorität.



Anmeldung zum Klosterwochenende mit Yoga & Qi Gong

30. Juni – 02. Juli 2017

27.-29. Oktober 2017

Vor- und Zuname: _____

Straße: _____ PLZ + Ort: _____

Telefon: _____

e-mail : _____

Zimmerwunsch (bitte ankreuzen):

- Einzelzimmer Standard 50 Euro/Nacht
- Einzelzimmer Lotus 60 Euro/Nacht
- Doppelzimmer Standard 30 Euro/Nacht p.P.
- Doppelzimmer Lotus 45 Euro/Nacht p.P.
- Dreibettzimmer Standard 20 Euro/Nacht p.P.

Stornierungen: Für Übernachtungsbuchungen, die später als 48h vor Anreise storniert werden, stellt das Kloster 100 % der Kosten in Rechnung. Es kann allerdings eine Ersatzperson einspringen.

Die Anmeldung wird nach Eingang der Teilnahmegebühr inkl. Tagungspauschale von 185 Euro gültig. Bitte überweisen Sie diese an: Manfred & Britta Sattig, Comdirect ♦ BIC: COBADEHD044 ♦ I-BAN: DE48 2004 1144 0467 6755 00

Bei Rücktritt bis einen Monat vor Seminarbeginn erheben wir keine Stornogebühr, lediglich 25 Euro Bearbeitungsgebühr. Danach ist keine Rückzahlung des Seminarpreises mehr möglich, es sei denn, es kann ein/e Ersatzteilnehmer/in gefunden werden. In diesem Fall bleibt es bei der Bearbeitungsgebühr von 25 Euro p.P..

Ort, Datum

Anschrift Anmeldung:
Britta & Manfred Sattig
Schillerstr. 53
64846 Groß-Zimmern
sattig@t-online.de
0160/3648640

Unterschrift

Anschrift Veranstaltungsort:
Kloster Buddhas Weg - Zentrum für Körper, Geist und Seele
Außerhalb 5, 69483 Siedelsbrunn/Odenwald
www.buddhasweg.eu
Auf der Website sind Anfahrtbeschreibungen aus verschiedenen Richtungen hinterlegt.
Das Kloster ist auch gut mit ÖPNV erreichbar.
Gerne organisieren wir Fahrgemeinschaften.