



## Dein Wochenende im Klosterhotel Kreuz, Mariastein

### Ein wundervoller Ort um ganz bei dir anzukommen!

Wann: Freitag, 28. April – Sonntag, 30. April 2023

Wo: Klosterhotel Kreuz, Paradiesweg 1, 4115 Mariastein

#### Das erwartet dich an diesem Wochenende:

- ॐ Hatha und Yin Yoga, Yoga Nidra, Meditationen und Pranayama, Mantras (ca. 11 Stunden)
- ॐ Eine ruhige Atmosphäre an einem schönen Ort
- ॐ Natur, Gespräche und Austausch
- ॐ Zeit für dich und deine Bedürfnisse
- ॐ Feine vegetarische Küche (spezielle Wünsche bitte direkt mit dem Hotel absprechen)

#### Kurskosten und Anmeldung Seminar:

CHF 275.00

Anmeldeformular an [diniyogazyt@bluewin.ch](mailto:diniyogazyt@bluewin.ch)

#### Kosten für Unterkunft inkl. Vollpension und Buchung Klosterhotel:

Doppelzimmer zur Einzelbenutzung inkl. Vollpension: CHF 318.00 exkl. Kurtaxe (vegetarische Küche)

[info@klosterhotel-kreuz.ch](mailto:info@klosterhotel-kreuz.ch), +41 61 735 12 12, [www.klosterhotel-kreuz.ch](http://www.klosterhotel-kreuz.ch)

Ein detailliertes Programm sende ich dir vor dem Retreat zu.

Wir beginnen am Freitagnachmittag um 16.30 Uhr im Meditationsraum des Klosters, das Retreat dauert bis am Sonntagmittag, ca. 13.30 Uhr.

Ich freue mich auf viele wundervolle Momente mit dir!

**Namasté**