

# Die Seele baumeln lassen

## Eine Auszeit mit Tiefenwirkung

Genieße Yoga, das dich wachsen lässt, Pranayam in kraftvoller Landluft, Meditation in der Stille der Natur. Komm ins wunderbar entschleunigte Wendland, lasse dich inspirieren!

Exkursionen zur Elbe, in die Rundlingsdörfer, zum magisch-mystischen Breeser Grund oder auch die Möglichkeit, im Hotel ayurvedische Anwendungen bzw. Massagen zu buchen, runden das Angebot ab.

### Bei gutem Wetter: Meditation am Fluss.

Freitags treffen wir uns im späten Nachmittag zu einer ersten lockeren Runde. Nach einem gemeinsamen Abendbuffet lassen wir den Tag mit einer sanften Yoga-Session und Meditation ausklingen.

Samstags wie Sonntag werden wir zu moderaten Zeiten unser Morgenyoga genießen. Nach dem Frühstück und der Möglichkeit, zusätzliche Anwendungen vor Ort zu buchen, geht's den Tag über sanft und tief in die Yogapraxis, aber auch raus in die freie Natur.  
Abschlusskreis Sonntag 15:00.



**30.08. – 01.09. 2019,  
Wellness-Dorf Sagasfeld /Wendland**

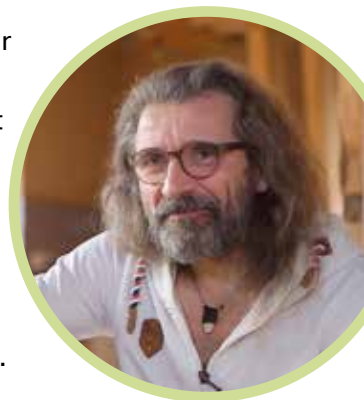
# Die Seele baumeln lassen

Ein Yogawochenende mit Willem Wittstamm

30.08. – 01.09. 2019, Wellness-Dorf Sagasfeld /Wendland

Neben den schönen hellen Yogaräumen und den gemütlichen Zimmern bietet das Wellness-Dorf Sagasfeld auch eine Naturheilpraxis und Ayurveda Kuren. Außerdem stehen zwei Saunen im Innen- und Außenbereich mit Naturteich zur kostenfreien Benutzung bereit.

- Willem Wittstamm ist Yoga-Autor und erfahrener Seminarist im In- und Ausland.
- Sein unkonventionelles Kundalini-Yoga zeichnet sich durch Leichtigkeit, Humor und Tiefe aus.
- Die Übungen können wahlweise auf Matte oder Stuhl durchgeführt werden.



Der Preis für den Workshop beträgt 180 € zzgl. 150 € für zwei Übernachtungen, Halbpension inkl. Mittags-Snack. Zuschlag EZ: 15 €.

Zimmerbuchung und eventuelle zusätzliche Anwendungen bitte selber im Wellness-Dorf vornehmen (nach der Anmeldung zum Kurs bei mir).



Kontakt: Willem Wittstamm, [mail@wittstamm.de](mailto:mail@wittstamm.de), Telefon 05844 99990  
Kirchstr. 3 in 29459 Clenze