

Workshop am Stechlinsee in Neuglobsow

mit Rolf Müller

Freitag, 10.11. - Sonntag, 12.11.2023



Stechlinsee-Center

Unser Übungsraum befindet sich im Stechlinsee-Center.

Ein wunderbarer großer heller Raum, mit Holzboden, Fußbodenheizung und Blick auf den Dagowsee.



Der Stechlinsee ist einer der drei klarsten Binnenseen in Europa. Er liegt eingebettet im Naturpark Stechlin, einem ausgedehnten Mischwaldgebiet am Anfang der Mecklenburger Seenplatte, ganz in der Nähe von Rheinsberg.

Zeitlicher Ablauf:

Freitag, 10.11.2023

18.00 – 20.00 Uhr / Asana

danach Abendessen

Am Freitagabend kommen wir nach dem Yoga noch einmal zusammen und verbringen dort gemeinsam den Abend. Bitte hierfür etwas zum Essen mitbringen! Die Getränke werden von uns organisiert.

Samstag, 11.11.2023

09.30 – 11.30 Uhr / Asana

11.45 – 12.30 Uhr / Pranayama

ab 13.30 Uhr - Wanderung am (um den) Stechlinsee mit abwechslungsreicher Natur und schönen Möglichkeiten zur Rast. (Sonnenuntergang 16.17 Uhr)

Sonntag, 12.11.2023

10.00 – 12.00 Uhr / Asana

12.30 – 13.30 Uhr / Pranayama

Die Kosten für den **Yogaunterricht** betragen **85,00 €** (inkl. Gebühr für Stechlinsee-Center).

Übungslevel: Basis und Mittelstufe

Diese Stunde ist zwischen der Yogastunde „Basis“ und „Mittelstufe“ angesiedelt.

Einsteiger, Anfänger mit geringen- und guten Vorkenntnissen sowie die schon erfahrenen Teilnehmer der Mittelstufe sind uns in dieser Übungsstunde willkommen. Einsteiger können sich inspirieren lassen von der Vielfalt der Übungen und erhalten die für sie notwendigen Yoga-Grundlagen, da in jeder Stunde wichtige Basisübungen durchgeführt werden. Damit jeder Teilnehmer dort abgeholt wird wo er gerade ist, verweisen wir bei anspruchsvolleren Übungen stets auf leichtere Alternativen. Der individuelle Umgang mit Teilnehmern ist in dieser Stunde von besonderer Bedeutung, insbesondere deshalb, weil sie des Öfteren von „blutigen“ Anfängern besucht wird. Tatsächlich ist der Lernerfolg für einen Anfänger in einer gemischten Gruppe weit größer als in einer homogenen Anfängergruppe.

Übernachten

Die Buchung einer Unterbringung überlassen wir den Teilnehmern.

In unmittelbarer Nähe befindet sich der Luisenhof, das Haus Brandenburg und die neuen Ferienwohnungen von Labes.

Luisenhof

3 Studios mit Küche, 5 Komfort Doppelzimmer (ohne Küche) und zwei Doppelzimmer. Der Luisenhof bietet seinen Gästen Frühstück an.

<https://www.luisenhof-stechlin.de/>

Haus Brandenburg

17 Ferienwohnungen mit unterschiedlichen Größen und komfortabler Ausstattung

<https://www.hausbrandenburg-stechlin.de/>

Landhaus Labes

3 Ferienwohnungen

<https://www.landhaus-labes.de/>

Veranstalter:

Rolf Müller, Wendgräben 24, 14776 Brandenburg

Tel. 0151/20780944, E-Mail: info@yogawege.net

www.yogawege.net

Yogaworkshop am Stechlinsee

ANMELDUNG

Ich melde verbindlich folgende Person an:

Fr., 11.11. – So., 13.11.2022

Name/Vorname: _____

Name/Vorname: _____

Anschrift: _____

PLZ/Wohnort: _____

E-Mail.: _____

Besondere Wünsche: _____

Ich werde den Betrag von _____ € überweisen.

Die genannten Bedingungen erkenne ich an:

Datum

Unterschrift

Wir bitten darum, das Anmeldeformular ausgefüllt an uns zurückzuschicken und den jeweiligen Gesamtbetrag – Unterkunft und Unterricht - bis zwei Wochen vor Workshopbeginn an uns zu überweisen (sollte dann auf dem Konto sein).

Kontoverbindung:

Kontoinhaber: Rolf Müller

IBAN: DE38160400000272755000

BIC CODE: COBADEFF

Rücktritt

Bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl (8 Personen) kann der Veranstalter bis zum 10.10.2023 von der Kursdurchführung zurücktreten. Zu einem späteren Zeitpunkt kann der Veranstalter den Kurs nur annullieren, wenn der Kurs durch unvorhersehbare Umstände die der Veranstalter nicht zu vertreten hat, erschwert, gefährdet oder stark beeinträchtigt wird. In jedem Fall werden alle bereits geleisteten Zahlungen in vollem Umfang zurückerstattet. Ein Anspruch auf Schadensersatz besteht nicht. Bei Rücktritt bis 4 Wochen vor Kursbeginn erfolgt eine pauschale Gebühr von 50 % der Kursgebühr, falls kein Ersatzteilnehmer gefunden wird. Bis zum Anreisetag betragen die Kosten 80 % und am Anreisetag 100 % der Kursgebühr.

Haftung

Der Veranstalter ist zum Schadensersatz verpflichtet, sofern ihn ein Verschulden trifft. Für Schäden an Gesundheit und Eigentum während der Reise wird keine Haftung übernommen.

Yoga-Hilfsmittel werden von Yogawege bereitgestellt (eine Matte, zwei Decken, ein Klotz, ein Gurt)

Veranstalter:

Rolf Müller, Wendgräben 24, 14776 Brandenburg

Tel. 0151/20780944, E-Mail: info@yogawege.net

www.yogawege.net