



Stierbauerhof



Luna Yoga Herbst Retreat
„Gehen lassen, was wir festhalten.“
mit Gudrun Inreiter

In der Natur ist die letzte Reife sichtbar. Die Pracht vergeht allmählich. Der Abschied von der nach außen gerichteten Energie ist da. Die Ruhe beginnt.

*Für uns Menschen ist es jetzt günstig, wie die Bäume ihr Herbstlaub, unsere Masken fallen zu lassen. Uns zu zeigen, wie wir sind. Brauchbares von Unbrauchbarem zu trennen.
Und verschenken, hergeben oder sogar opfern, bis wir uns herrlich leicht fühlen.*



Termin:

Do, 31.10. – So, 03.11.2019 (Allerheiligen)

Seminarpreis:

EUR 240

Luna Yoga & Meditation (morgens und abends), Lagerfeuer & Rituale

Übernachtung & Verpflegung:

3 Nächte inkl. Frühstück, 3x Abendessen vegetarisch/bio/regional
(Getränke exkl.)

EUR 153,-- pro Person im Mehrbettzimmer (3 – 5 Personen), **EUR 175,--** pro Person im
Zweibettzimmer, **EUR 84,--** im Wagennest (Dusche extern)
zzgl. EUR 1,50 pro Person/Tag Ortstaxe

Gruppengröße min. 5 max. 10 Personen

Stornobedingungen:

Mit der Anmeldung bitten wir um eine Anzahlung von EUR 150 auf unser Konto bei der Sparkasse: AT 58 2081 5000 4211 1351. Damit ist Euer Seminarplatz gesichert. Eine kostenfreie Stornierung ist bis 4 Wochen vor Beginn der Veranstaltung möglich, bis 2 Wochen vorher beträgt die Stornogebühr EUR 150, danach wird die gebuchte Leistung in voller Höhe verrechnet, ausgenommen ein Ersatzteilnehmer wird gefunden.

Der Stierbauerhof

Gudrun Inreiter & Helga Steinbauer . Neudorf 22 . 8521 St. Andrä-Höchst . +43/660/4513054 . office@stierbauerhof.at . www.stierbauerhof.at



Stierbauerhof

Programm:

Donnerstag

Anreise und Bezug der Zimmer ab 14 Uhr möglich
Beginn der Veranstaltung um 17 Uhr
Ankommen, Kennenlernen, kurzer Überblick wie wir die Tage gemeinsam verbringen
Luna Yoga und Meditation
gemeinsames Abendessen

Freitag & Samstag

Tee und Morgenspaziergang im Wald (wer mag)
Luna Yoga und Meditation
ausgiebiges Frühstück
danach viel Zeit für sich:
für Lomi Lomi Nui Massage, spazieren gehen, im Liegestuhl die Stille genießen.....
am frühen Abend Luna Yoga und Meditation
Feuerritual in der Steinspirale
gemeinsames Abendessen am Hof

Sonntag

Tee
Luna Yoga und Meditation
Achtsamkeitsritual
ausgiebiges Frühstück
Ende der Veranstaltung ca. 12 Uhr



Noch ein paar allgemeine Informationen zum Schluss!

Wir sind auch öffentlich erreichbar und zwar mit der S-Bahn S6 oder S61 von Graz HBHF nach Wettmannstätten, dort können wir Euch auf Wunsch abholen.

Wenn Ihr mit dem Auto anreist. Google Maps findet uns sehr gut, 8521 Neudorf 22 eingeben, der Stierbauerweg wird angezeigt, eine kurze romantische Schotterstraße führt bis zu unserem Hof.

Yogamatten sind vorhanden, wir benützen Schafwollmatten, auch Decken und Sitzkissen.

Wenn Du zwischendurch einen kleinen Snack brauchst. Es gibt in der Nähe eine Buschenschank mit kalter Jause oder Du kannst auch gerne selbst etwas mitbringen. Wir haben einen Gästekühlschrank.



**Wir freuen uns auf Euch!
Herzlichst Gudrun & Helga
Die Stierbäuerinnen**

Der Stierbauerhof