



# *Insel im Alltag*

**Yogaseminar von Freitag bis Sonntag  
in Parin -Ostsee  
21. – 23. Februar 2020**

**Nehmen Sie sich Raum und Zeit zum Atem schöpfen  
mit achtsamen Yogastunden, Meditationen,  
gesundes vegetarisches Essen .... und Zeit für sich selbst.**

*In wunderschöner Umgebung an der Ostsee  
nahe von Boltenhagen lädt das  
Gutshaus Parin zur Erholung ein  
[www.gutshaus-parin.de](http://www.gutshaus-parin.de)*

*Anmeldeformular unter:  
[www.heilpraxis-maier-leger.de](http://www.heilpraxis-maier-leger.de) und [www.physio2b.de](http://www.physio2b.de)  
oder rufen sie mich an!  
Mobil: 0163 - 380 64 99. Ich rufe gerne zurück.*

*Anmeldung schriftlich unter [wml@pawadaro.de](mailto:wml@pawadaro.de)  
oder per Post: W. Maier-Léger, Wehdenweg 2, 24148 Kiel*

**Das Seminar beginnt am Freitag um 16 Uhr  
und endet am Sonntag um 13 Uhr.**

**Überweisung der Seminarkosten von 170 €  
bis 15. November 2019. Frühbucherrabatt bis 30. Sept.: 10 %**

**Teilnehmerzahl 10 bis max.16**

**Foerdesparkasse - DE46 2105 0170 1400 0457 28  
NOLADE21KIE**

**Unterkunft und Verpflegung:  
bitte rechtzeitig direkt buchen im Gutshaus Parin  
über Frau Möhler (8 -13 Uhr) Tel 03 88 25 / 44 141**

**FeWo (4 P) , EZ (Etagendusche) oder DZ für 2 Tage  
ab 134 € - 180 € , EZ auf Anfrage  
inklusive Halbpension  
mit Bio-vegetarischen Buffets und Teepause**

**Informationen zur Anreise erhalten Sie bei Ihrer  
Reservierungsbestätigung**



**Waltraud Maier-Léger  
Yogalehrerin  
Physiotherapeutin  
Heilpraktikerin**



**Gutshaus Parin**