

# Yoga und Entspannung auf Rügen 25.02.-01.03.2025

## **Unterbringung mit abgestimmter Verpflegung**

Bitte buche Dein Zimmer bei unserem Kooperationspartner:  
Familie Behling/ Urlaub unterm Reetdach, Mönchgut Insel  
Rügen. [www.rohrhus-ruegen.de](http://www.rohrhus-ruegen.de),

**Kontakt: Rohrhus Service- und Vermittlung GmbH Dorfstr.7,  
18586 Middelhagen, Tel.038308-5480, E-Mail: ruegen-  
rohrhus@t-online.de, Kennwort: Yoga mit Susanne und Doris  
EZ: 49€, DZ: 69€ ,Verpflegung: 25€, Kurtaxe vor Ort**

Die Verpflegung wurde auf unseren Wunsch angepasst und  
entsprechend kalkuliert. Basische Ernährung unterstützt Deine  
Regeneration und Entlastung. Morgens: Ayurvedisches Frühstück,  
mittags: frischer Smoothie oder Saft, abends: Gemüsebrühe und  
Gemüsezeit. Verschiedene Tees und Osmosewasser stehen bereit.  
Es gelten die Geschäftsbedingungen des Hotels. (Bitte dort erfragen)

## **Das Yoga- und Entspannungsprogramm mit Susanne Kunow und Doris Baumgart**

**Gebühr:350 €**

Täglich zwei Yoga-Stunden (Anreise- und Abreisetag – eine Yoga-Stunde).  
Abendliche Meditation oder ähnliches.

Täglich Nordic Walking (außer Anreisetag).

Optional zu buchbar gegen Aufpreis verschiedene  
Ayurvedaanwendungen.

Programm kann im lebendigen Verlauf der Gruppendynamik angepasst  
werden.

Entspannung und Abstandsgewinnung vom Alltag, ausgleichende Wirkung  
der Natur und des Klimas.

Freundschaftliche Gemeinschaft von Frauen, Frauen-Energie.

Naturerlebnis Ostsee, Bodden, Seebäder Sellin, Binz...

**Buchung bis 31.01.2025, Mindestteilnehmerzahl 10**