Fresh up für Body + Soul

Gönn' dir MEER!
Das **SEELENPOWER** Retreat

- Yoga IMPULSE
- MEER Momente
- Resilienz TOOLS
- Epigenetik WISSEN
- Gesund SEIN

29.9. - 1.10.2023
URBAN NATURE Hotel
St. Peter-Ording

POWER für Body & Soul erfrischend anders!
Retreat für Körper, Geist und Seele in der wunderschönen Natur von St. Peter-Ording. Ein einzigartiger Mix aus Yoga, Bewegung und Entspannung. Du bekommst kraftvolle **IMPULSE,** die dich von **INNEN** heraus stärken.

MACH DICH STRESSFREI

URBAN NATURE

Photo copyright: Arne Nagel

So sieht's aus!

IMPULS Programm

Freitag, 29.9.2023
Welcome in der Roof Top Bar
Sundown YOGA Flow & Meditation
Abendessen - Hang out Bar: Lass' dich inspirieren!

Samstag, 30.9.2023
Sunrise Morning Flow & Meditation
Frühstück - SEELENPOWER
FREE TIME für Body & Soul / SPA
Sundown YOGA Flow & Mediation
Gemeinsames Abendessen - Spontane Aktivität

Sonntag 1.10.2023
Sunrise YOGA Flow & Meditation
Frühstück - Good By

€ 930,00 p.P. (inkl. MWSt, DZ, 2x Frühstück & Abendmenü, Welcome Drink, SPA, Impulsprogramm)

Photo copyright: Arne Nagel

Gönn' dir MEER! Bist du mit dabei?
Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Neugierige begrenzt

Infos & Anmeldung: www.machdichstressfrei.com /seelenpower
oder mail@machdichstressfrei.com

MACH DICH STRESSFREI

URBAN NATURE

Photo copyright: Ute Schlieper

Dein Coach

Ute Schlieper

Impulsgeberin für GesundSEIN

Ich bin Coach, Trainerin, Buchautorin sowie begeisterte Naturliebhaberin und stolze Mutter von drei erwachsenen Söhnen.

Meine Leidenschaft ist es, in Retreats und Cochings die Menschen für eine neue, holistische und gesunde Lebensart zu inspirieren, die einfach ist und Spaß macht.

Der Körper bewegt den Geist!

Photo copyright: Arne Nagel

Ich freu' mich auf dich!

Infos & Anmeldung: www.machdichstressfrei.com /seelenpower

oder mail@machdichstressfrei.com

MACH DICH STRESSFREI

URBAN NATURE