



## Wie wir arbeiten wollen

In der Auszeit konzentrieren wir uns intensiv auf die tägliche Yogapraxis. Mit Hilfe des Marma Yoga® wollen wir Sie durch verschiedene körperliche und geistige Übungen zur Erfahrung Ihrer Selbst führen. Sie erkennen Ihre eigenen Bedürfnisse und Grenzen, lernen diese zu akzeptieren und bringen Ihre Seele zum Klingen.

Außerdem haben Sie die Möglichkeit, System- und Familienaufstellungen kennenzulernen und sich Ihrem Anliegen zu widmen. Dabei geht es um das Leben und alle Themen, die dazu gehören:

- Herzensangelegenheiten und die Reflektion der aktuellen Beziehungen im Familiensystem
- Versöhnung mit der eigenen Geschichte
- Erleben von Trennung oder Trauer
- Körpersymptome als Berater oder
- Unterstützung vor wichtigen Entscheidungen.

Wichtiger Bestandteil ist auch Zeit für sich selbst. Ob im Wellnessbereich oder in der Natur, ob allein oder im Austausch mit den anderen Teilnehmern: genießen Sie Ihren Körper, Ihre Seele und Ihren Geist!

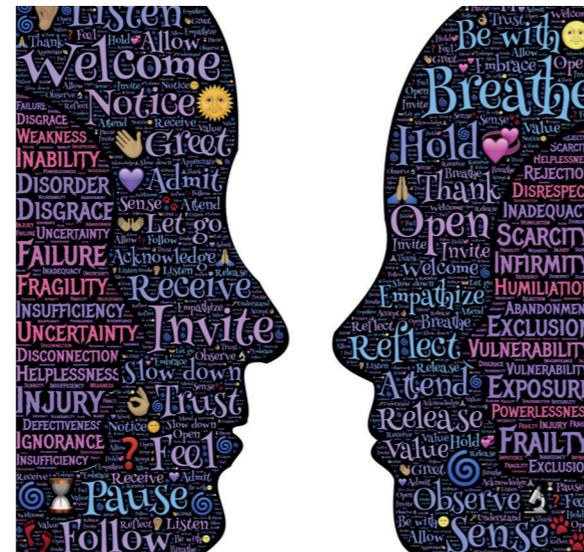
## Wann und wo wir uns treffen

**Donnerstag, 22.10.2020, 15.00 Uhr  
bis Samstag, 24.10.2020, 17.00 Uhr**

Schlosshotel Weyberhöfe  
Weyberhöfe 9-15  
63877 Seilau / Aschaffenburg  
Tel.: 0 60 93 / 99 33 20  
E-Mail: [rezeption@schlosshotel-weyberhoefe.com](mailto:rezeption@schlosshotel-weyberhoefe.com)

**Donnerstag, 07.01.2021, 15.00 Uhr  
bis Samstag, 09.01.2021, 17.00 Uhr**

Seminarhaus Sampurna  
Am Tiergarten 1  
65388 Schlangenbad  
Tel.: 0 61 29 / 50 25 71  
E-Mail: [info@sampurna.de](mailto:info@sampurna.de)



## Was Sie investieren

**350,00 € für 20 Stunden  
Yogapraxis und Aufstellungsarbeit**

Schlosshotel Weyberhöfe (Oktober 2020):

463,50 € im Einzelzimmer  
384,50 € im Doppelzimmer

Seminarhaus Sampurna (Januar 2021):

252,00 € im Einzelzimmer  
232,00 € im Doppelzimmer

Im Preis enthalten sind:

- 2 Übernachtungen
- Vollpension mit Menü (Weyberhöfe) bzw. Vollpension mit vegetarischem Buffet (Sampurna), exkl. Getränke zum Abendessen
- Benutzung des weitläufigen Spa Bereichs (Weyberhöfe) bzw. der Sauna (Sampurna)

Die Teilnahme ist nur bei gleichzeitiger Unterbringung im jeweiligen Hotel bzw. Seminarhaus möglich. Zimmerbuchung und Verrechnung der Kosten für Zimmer und Verpflegung erfolgen direkt mit dem jeweiligen Hotel.

Die Mindestteilnehmerzahl beträgt 6.

## Wer Sie begleitet



**Hanna Landgraf**

Heilpraktikerin und  
Yogalehrerin

BeWEGung - Neben meiner Tätigkeit als Heilpraktikerin ist mir Yoga eine echte Herzensangelegenheit.

Über unseren Körper können wir in der Yogapraxis die Sprache unserer Seele kennen- und verstehen lernen und uns geistig immer wieder ausrichten.

Mein Anliegen ist es, uns über Yoga achtsam mit unseren Grenzen auseinanderzusetzen und zu unserem Kern zu kommen.



**Nadine Diewald**

Heilpraktikerin Psychotherapie und Systemaufstellerin (DGfS)

Ich berate in meiner Praxis Menschen bei persönlichen Anliegen, insbesondere zu familiären Problemen und Beziehungsthemen. Mein Angebot ist die Begleitung von Veränderungsprozessen in Herzensangelegenheiten: Carpe Vitam – Pflücke das Leben!

Familien- und Systemaufstellungen sind ein schneller Weg, um Klarheit zur eigenen Problemstellung zu finden. Wir nutzen hierfür eine menschliche Fähigkeit, die uns das Einfühlen in andere Personen ermöglicht und mittels Stellvertretern ein System im Raum sichtbar macht.