

*Auszeit mit  
Nia-Yoga und  
Flying Yoga  
28.-30. April 23*

BY SUSANNE, NATALIE UND HEIKE



Geniesse 2 Tage mit achtsamer Bewegung,  
Wandern, Leckerem Essen und erholsamem Schlaf  
im Westerwald  
für 220 Euro

MELDE DICH JETZT AN: [INFO@HEIKES-  
ERFAHRUNGSRaum.DE](mailto:INFO@HEIKES-ERFAHRUNGSRaum.DE)

# Ablauf

FREITAG:

Erstmal Tanzen! Abendessen, Yin Yoga

SAMSTAG:

Morgen Nia, Brunch, Wandern, Flying Yoga, Sauna

möglich

SONNTAG:

Morgen Yoga, Brunch, Tanzen

ÜBERNACHTUNG :

Bioferienhaus-Westerwald

[www.bioferienhaus-westerwald.de](http://www.bioferienhaus-westerwald.de)



MELDE DICH JETZT AN: [INFO@HEIKES-ERFAHRUNGSRaum.DE](mailto:INFO@HEIKES-ERFAHRUNGSRaum.DE)