

# AUSZEIT VOM ALLTAG

*Zeit für das innere Gleichgewicht  
Raum für Ruhe und Gelassenheit*

**25.03.2022 - 27.03.2022**

**ODER**

**10.06.2022 - 12.06.2022**

**GÄSTEHAUS WENDTSHOF  
UCKERMARK**

**VEGANE / VEGETARISCHE  
VOLLVERPFLEGUNG**

**AUSGLEICH PRO PERSON  
EINZELZIMMER 390,- €  
DOPPELZIMMER 350,- €**

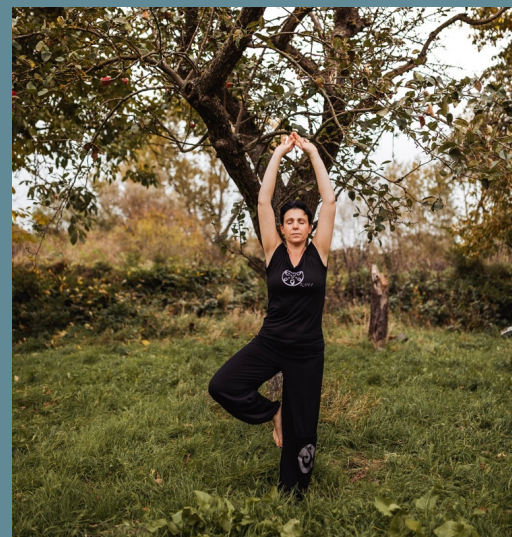
# IN RUHIGER ATMOSPHÄRE ZEIT FÜR DICH

Nimm Dir Zeit für Dich!

Genieße die besonderen Inhalte der einzelnen Stunden und die Rundumversorgung mit allem was dazu gehört.

Klangschalenzeremonien, Morgenmeditationen und Yoga mit Kalyani HerzZeitYoga begleiten Dich in die Zeit der inneren Ruhe. Im Kaha, in den Achtsamkeits- und Faszialübungen wird die Aufmerksamkeit besonders auf Deinen Atem gelegt und Du erlebst angenehme Atemübungen gepaart mit körperlicher Entspannung.

Du wirst in der Zeit wahlweise vegetarisch oder vegane Vollverpflegung genießen. Am Sonnabend wird in gemütlicher Runde das Abendessen gemeinsam zubereitet.



Dein Interesse ist geweckt? Melde Dich gern unverbindlich für weitere Informationen bei mir!

**MaLi Memoriam** Marleen Littmann  
0151/20254451 oder [mali.memoriam@mail.de](mailto:mali.memoriam@mail.de)