

Den Alltag für ein paar Tage verlassen um bewusst Zeit für sich selbst zu haben, viele Menschen tun dies viel zu selten.

Willkommen zum Yoga-Ayurveda-Seminar im „Haus am Meer“, Haffkrug/Ostsee 2019!



## Ayurveda & Yoga Carmen Wettig

Im kleinen Feld 4  
37249 Neu-Eichenberg, Hermannrode  
Fon: 05504. 805700  
mail@carmen-wettig.de  
Yoga Lehrerin BDY/EYU  
Ayurveda Therapeutin

## Yoga leben Sonja Wolter

Hansering 108  
31141 Hildesheim/Itzum  
Fon: 0176. 30418739  
sonjawolter@zentrum-fuer-gesundheit.de  
Yoga Lehrerin BDY/EYU  
Gesundheits- und Krankenpflegerin

## Yoga - Ayurveda - Seminar

Im „Haus am Meer“  
Haffkrug/Ostsee

So. 17.11. - Sa. 23.11.2019



mit  
Carmen Wettig  
+  
Sonja Wolter



## Das Seminar

Ganz nach den Mottos "Lebe Dein Leben" sowie „Der Mensch im Mittelpunkt“ bieten die Praxis für Ayurveda + Yoga, Carmen Wettig und Sonja Wolter mit ihrem Zentrum für Yoga und Gesundheit in diesem Jahr erstmalig ein gemeinsames Yoga-Ayurveda-Seminar an. Das Seminar findet statt im Seminarhotel „Haus am Meer“ in Haffkrug an der Ostsee.

Das „Haus am Meer“ bietet vom Seminarraum aus einen direkten Blick aufs Meer. Es ist ein sehr erfahrenes, familiengeführtes Seminarhotel mit köstlicher Küche und liebevoll eingerichteten Zimmern.

## Die Reise beinhaltet

6 Übernachtungen im „Haus am Meer“

Ayurvedisch inspirierte, vegetarische Vollpension

Nutzung der Teetheke

ca. 10 Yoga bzw. Meditationseinheiten à 60 - 80 Minuten

3 Vorträge bzw. praktische Anleitungen über Ayurveda Basics für den Alltag und Ayurveda-, Massagen oder -Anwendungen zur Eigenbehandlung

Nutzung eines ausgestattenden Seminar- und Yogaraums

## Seminarbeginn im „Haus am Meer“

Sonntag, 17.11.2019 um 17:30 Uhr mit dem gemeinsamen Abendessen

## Seminarende im „Haus am Meer“

Samstag, 23.11.2019 um ca. 13.00 Uhr

Das Hotel mit Nebengebäude wird während dieser Zeit exklusiv von uns genutzt.

Kostenfreie Parkplätze sind vorhanden  
Handtücher und Bettwäsche werden vom Hotel gestellt.

Individuelle Wünsche wie z.B. spezielle Kost bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder das Buchen von Halbpension, sind mit dem Hotel persönlich zu besprechen.

Infos zum Seminar-Hotel unter:  
Familie Vogler "Haus am Meer"  
23683 Scharbeutz/Haffkrug

[info@haus-am-meer-scharbeutz.de](mailto:info@haus-am-meer-scharbeutz.de)

Fon: 04563-478884

[www.haus-am-meer-scharbeutz.de](http://www.haus-am-meer-scharbeutz.de)

## Kosten und Anmeldung

Der Seminarpreis p. P. beträgt € 422,00

Die Zimmerpreise incl. vegetarischer Vollpension

€ 570,00 p.P. bei Einzelbelegung

€ 510,00 p.P. bei Doppelbelegung

Kurtaxe € 0,50 / Tag p. P.

Hotelkosten und Kurtaxe werden vor Ort beim Hotelbetreiber entrichtet.

Ein verbindliches Anmeldeformular und die Teilnahmebedingungen sind über die Seminarleitungen Carmen Wettig oder Sonja Wolter zu beziehen.

Die Buchung des Hotelzimmers im „Haus am Meer“ erfolgt privat, und wird mit Anmeldung zum Seminar verbindlich. Es gibt hier Zimmer mit Doppelbetten im Haupthaus und Zimmer mit jeweils 2 Einzelbetten im modernen Nebengebäude auf dem Hotelgelände, die selbstverständlich als Einzelzimmer gebucht werden können. Die Zimmer werden nach Anmeldedatum vergeben.

Anfahrt und Rückreise erfolgen privat.

Das Haus am Meer bietet einen kostenfreien Shuttle Service von/zum Bahnhof Haffkrug an, bitte persönlich klären.