

262-4295-X Vorankündigung: Yoga & Ayurveda Wochenende auf der Fraueninsel Balance für die Frau

Beginn	Freitag, 28.05.2027, 08:00 - 13:00 Uhr
Kursgebühr	210,00 € - Die Kosten für Übernachtung und Verpflegung in Höhe ab ca. € 210,00 pro Person (je nach Zimmerkategorie) sind bei der Anmeldung auf der Fraueninsel direkt an der Klosterpforte zu entrichten. Die Zimmerkategorie wird vorab nach Verfügbarkeit für Sie reserviert, bitte unbedingt auf dem Anmeldeformular angeben.
Dauer	3 Termine
Kursleitung	Kerstin Wirth
Informationen	Zielgruppe: © pixabay
Kursort	Abtei Frauenwörth, Frauenchiemsee Nr. 50, 83256 Frauenchiemsee

Genießen Sie ein ganzheitliches Yoga-Wochenende auf der Fraueninsel im Kloster Frauenwörth, das speziell auf die Bedürfnisse der Frau ausgerichtet ist. Balance Yoga für die Frau – fördert nicht nur die innere Balance, sondern entfaltet auch ihre feminine Energie. Diese sanfte Praxis kann die Regeneration unterstützen und Ihnen Ruhe und Gelassenheit schenken. Praktiziert wird morgens und abends mit sanften Klängen. In einem kleinen Ayurveda-Workshop für die Frau „Balance & Harmonie“ lernen Sie, wie Sie Ihr Wohlbefinden durch Ernährung und Lebensstil im Einklang mit Ihrer weiblichen Natur verbessern können. Es erwarten Sie viele wertvolle Erfahrungen und Inspirationen, umgeben von der Schönheit der Inselnatur. Das Wochenende eignet sich für Frauen jeden Alters, mit und ohne Yogaerfahrung.

Bitte mitbringen:

Yogamatte, Klotz, Meditationskissen oder Bolster, Decke, warme Socken, Schreibzeug.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
28.05.2027	15:30 - 19:00 Uhr	Abtei Frauenwörth, Frauenchiemsee, Seminarraum
29.05.2027	08:00 - 21:15 Uhr	Abtei Frauenwörth, Frauenchiemsee, Seminarraum
30.05.2027	08:00 - 13:00 Uhr	Abtei Frauenwörth, Frauenchiemsee, Seminarraum

[zur Kursdetail-Seite](#)