

DIE HERBSTREINIGUNG

Yoga und Saft fasten

mit selbst gepressten Säften und selbst gekochter Gemüsebrühe im Kloster Lehnin

Mi. 11. - So. 15. NOVEMBER 2020



**Wie neugeboren durch FASTE N: Abnehmen—Entschlacken—Entgiften
Y O G A , die Liebe zum Leben: Loslassen—Aufbauen—Entspannen
dem Geheimnis des Lebens nachspüren**

VERÄNDERE, VERÄNDERE, VERÄNDERE!

Die vier Fastentage sind ein weiterer Schritt, Gesundheit und Glück in deinem Leben zu verwirklichen. Vergewenwärtige dir, dass diese Fastentage ein Ausgangspunkt für die Entlastung des Körpers, die Stärkung der Psyche und Klarheit des Geistes sein werden. Darüber hinaus beginnst du, körperliche Beschwerden und ernährungsbedingte Krankheiten zu lindern und Heilung anzubahnen. Mittlerweile ist es unbestritten, dass wir uns krank essen. Indem du fastest, wiederbelebst du eine jahrtausendealte Tradition, die den Menschen aller Zeiten geholfen hat. Am erfolgreichsten bist du, wenn du dich entspannt auf diese Zeit vorbereitest. Linderung und Heilung geschieht aus einem entspannten Geist und ein entspanntes und freudiges Miteinander steht im Mittelpunkt der vier Fastentage. Wir treffen uns am Mittwoch um 17.00 Uhr im Kloster Lehnin. Das Seminar endet am Sonntag gegen 11.00 Uhr.

Informationen zur Anfahrt, zur Vorbereitung und zum Mitbringen erhältst du etwa 14 Tage vor Seminarbeginn.

Ich freue mich auf Dich! Herzliche Grüße Om shanti Om Udo

ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich für die Tage der Stille vom 11. — 15. November 2020 im Kloster Lehnin an

Name, Vorname

Email, Tel

Der Gesamtpreis mit Einzelzimmer beträgt 405,-€ p.P.

Der Gesamtpreis mit Doppelzimmer beträgt 352,- p.P.

Ich erkenne die Anmelde- und Rücktrittsbedingungen an und erkläre hiermit, dass ich die Verantwortung für mich selbst trage und den Seminarleiter von etwaigen Haftungsansprüchen freistelle.

Ort, Datum, Unterschrift

INFORMATIONEN

ZEIT

Beginn: Mittwoch, 11. November 2020, 17.00 Uhr

Ende: Sonntag, 15. November 2020, 11.00 Uhr

ORT

Kloster Lehnin

Ev. Kliniken

Luise-Henrietten-Stift **Lehnin**

Klosterkirchplatz

14797 Lehnin

Tel.: 03382 - 768-0

Handy Udo Terasa 0176 — 9670 9322

KOSTEN

incl. EZ 405,-

incl. DZ 352,- p.P.

ANMELDEBEDINGUNGEN

Ich bitte um eine schriftliche Anmeldung über Email, die website (www.yogaschule-terasa.de).

oder anders und eine Anzahlung in Höhe von 150,-€. Den Restbetrag bezahle bitte bis zum 1. Oktober 2020

Bei Absage bis zum 1.9.20 müssen 75,- € der Anzahlung zur Bestreitung von Miet- und Personalkosten einbehalten werden, wenn der Platz nicht anderweitig vergeben werden kann. Bei Absage bis zum 15.9.20 werden 50%, bei Absage ab dem 1.10.20 100% der Kosten fällig, wenn der Platz nicht anderweitig vergeben werden kann.

Kto.Nr.: Udo Terasa, BLZ 100 700 24, Kto.: 184 49 76, Deutsche Bank

IBAN: DE12 1007 0024 0184 4976 00

**Weitere Auskünfte unter Udo Terasa 0176-96 70 93 22
030-85 28 825**