



YOGA-RESET GLÜCKSKUR

im Wilfinger Bio-Hotel
Hartberg
11. - 18. Okt. 2025

YOGA - RESET GLÜCKSKUR

- * Arztgespräch mit Kurverordnung individueller Ernährungsplan, Normalkost oder Reduktionskost auf Biobasis
- * 7 Nächte inkl. gesunder Vital-Vollwertkost morgens, mittags und abends.

Naturlibellen, frisch, saisongerecht, mit basischen Produkten – überwiegend vegetarisch – unter Berücksichtigung des glykämischen Index bei der Speisenzusammenstellung.

- * Wilfinger Kräuterschätze nach H. v. Bingen / reinigend - stärkend - anregend
2x tgl. Aciflovital für Ihre gesunde Verdauung
3x tgl. Entgiftungsmus „Latwerge“
2x tgl. Elixiere & Kräuter-Spezialtees
- * KundaliniYoga 2x tgl.
morgens & nachmittags
- * Yoga-Walks und Meditation, Feedbackrunde
- * Gesundheits- und Schönheitsvorträge mit wertvollen Tipps für zu Hause.
- * Entspannen in der hauseigenen Bade-, Therme & Saunalandschaft

KUNDALINI YOGA

No limits!

Jeder kann mitmachen

Mit einer Mischung aus Atemtechnik, Körperübungen, Meditation und Klangschwingung der Mantras aktivieren wir die Selbstheilungskräfte, reinigen unseren Körper, trainieren Achtsamkeit und bauen Energie für neue Möglichkeiten auf. Wir erwecken unsere Urkraft und pflegen unsere Energiezentren. Damit stärken wir das innere Wechselspiel zwischen Körper, Geist und Seele, um klarer zu werden und uns glücklicher zu fühlen. Sei bereit - KundaliniYoga holt das Beste in dir hervor. Gruppen bis ca. 12 Personen.



Maria Mayer begleitet dich yogisch durch die Woche.

Be
kind
to your self
and
join us

WANN	Sa, 11.10. - Sa, 18.10.2025
WO	Wilfingers Bio RING Hotel Schildbach 51, A-8230 Hartberg
ANREISE	Selbstanreise am: Sa, 11.10.2025 zwischen 12-13 Uhr. Anreisekosten sind nicht im Preis enthalten.
PREIS	Gesamtkosten für das YOGA-Kur Package inkl. Zimmer ab €1003.- je nach Zimmerkategorie.

ANMELDUNG
kontakt@mmayer-biofeedback.at
T +43 6646191248

Weitere Infos / Details erhalten Sie mit der Bestätigung Ihrer Anmeldung zugeschickt.