



DIE HISTORISCHEN
GASTHÄUSER AM MARKT



AUSZEIT MIT YOGA & AYURVEDISCHER KÜCHE

– Mindestteilnehmerzahl 8 Personen. Buchbar nach Verfügbarkeit an den Wochenenden vom:

21. - 22. / 23. März 2025 & 18. - 19. / 20. April 2025

**Gönne dir eine Auszeit mit Entspannung, Bewegung, und kulinarischen Genüssen.
Melde dich an zu einem Wochenende nur für Dich!**

Mareike ist ausgebildete Yogalehrerin und wird dich mit Asanas/Körperübungen, Entspannungstechniken und Meditation vertraut machen. Lass dich fallen in zwei sanfte Yoga-Einheiten von jeweils 90 Minuten. Beruhige deine Gedanken, kräftige deinen Körper und lerne Yoga kennen. Genieße am Freitagabend ein 3-Gänge-Menü und am Samstagmorgen ein ausgewogenes Frühstück - alles Speisen inspiriert aus der ayurvedischen Küche.

Preise ohne Übernachtungen

Freitag 16:15 - 21:00

16:15 Begrüßung

wärmende Tees mit ayurvedischen Gewürzen,
frisches Wasser mit Zitrone und Minzblättern.

16:30 - 18:00

Yoga mit Mareike: 75 Min. **Yoga**, 15 Min. **geführte Meditation**

19:00 - 21:00

Abend-Menü: 3-Gang-Menü mit „ayurvedischen Einflüssen“,
Yogi- & Ingwertee mit Zitrone und Minze

Samstag 8:00 - 12:30

8:00 - 10:30

Frühstücks-Buffer mit „yogischen Komponenten“

11:00 - 12:30

Yoga mit Mareike: 75 Min. **Yoga**, 15 Min. **geführte Meditation**



Preis pro Person **129,50 €**

Preise mit Übernachtungen

Freitag CHECK IN ab 13:00 „Ankommen“ in unseren Komfort-Zimmern

Freitag 16:15 - 21:00 Teilnahme am gesamten Angebot mit Yoga & 3-Gang-Menü

Samstag 8:00 - 12:30 Teilnahme am gesamten Angebot mit Frühstück & Yoga.
Im Anschluss Auszeit für Dich / Euch.

Sonntag 8:00 - 10:30 Frühstücksbuffet mit „yogischem Teil“

Abreise bis 13:00

Gastgeschenk bei Abreise



Preis pro Person im Doppelzimmer

219,50 €

Preis im Doppelzimmer zur Einzelbelegung

279,50 €

Die Arrangement-Leistungen sind nicht austauschbar und können nicht ausbezahlt werden.
Das Angebot ist gültig bis zum 30.04.2025 – Änderungen vorbehalten.