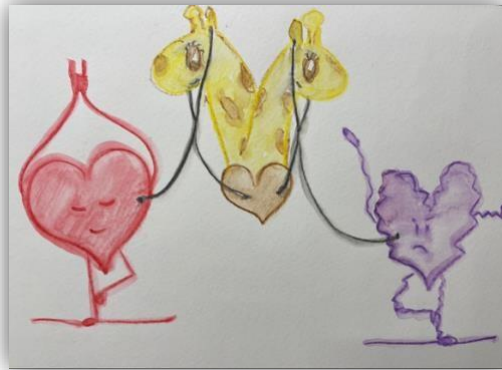


## Yoga-GFK Mini Retreat zum Auftanken



Erschaffe dir im Alltag dank **Yoga und Gewaltfreier Kommunikation (GFK)** Oasen zum Auftanken.

Mit Begeisterung erleben wir (immer wieder) wie Yoga und die GFK sich gut ergänzen. Deshalb haben wir beschlossen, gemeinsam ein Mini YOGA-GFK retreat anzubieten. Es geht darum, **Selbstfürsorge (self-care)** und Selbst-Empathie in den Alltag einzuflechten.

In unserer gemeinsamen Zeit an diesem Wochenende, werden wir abwechselnd Yoga, Meditations- und GFK Einheiten aufeinander abstimmen.

### **Daten:**

Freitag 12. April 18:00-20:00

Samstag 13. April 10:00-12:30

Sonntag 14. April 10:00-12:30

**Ort:** Röschenzerstrasse 7, Basel in der Nähe der Margarethen Kunsteisbahn

### **Du wirst begleitet von:**

Annette Belal-Schimandl

Sylvie Hörning, [www.callimani.ch](http://www.callimani.ch)

**Vorkenntnisse:** Alle sind herzlich willkommen

### **Finanzielle Investition**

Nimm dir eine Auszeit und schenke dir und/oder einer dir nahestehenden Person Zeit zum Auftanken.

- Early bird bis 1. März 2024: 360.- CHF
- Regular bis 1. April 2024: 400.- CHF
- Last minute bis 10. April 2024: 440.-CHF

Wir empfehlen eine Teilnahme an den drei Tagen. Bitte kontaktiere uns, wenn Du Interesse hast und nur teilweise teilnehmen kannst.

**Anzahl TeilnehmerInnen:** max 7

**Anmeldung und Fragen:**

- [schimiyoga@yahoo.de](mailto:schimiyoga@yahoo.de) oder
- [sylvie.hoerning@callimani.ch](mailto:sylvie.hoerning@callimani.ch)

Sobald deine Anmeldung bei uns eintrifft, senden wir dir eine e-mail mit den Zahlungsmodalitäten.

Bedingungen für die Anmeldung:

Deine Anmeldung gilt als verbindlich.

Bei einer Absage deinerseits bis zu zehn Tage vor Beginn des Kurses werden 15 % des Preises fällig.

Bei einem begonnenen Kurs oder einem ersatzlosen Rücktritt sieben Tage vor Kursbeginn sind 100 % des Preises fällig.

Im Falle einer Stornierung unsererseits wird deine Zahlung selbstverständlich vollständig zurückerstattet.