



— BE THE CHANGE —
PETRA ALGIER



— BE THE CHANGE —
PETRA ALGIER

Strick und Yoga Wochenende an die Nordsee Kunze-Hof am Jadebusen

07. – 09. Juni 2024



Petra Algier - Be the change
Gesundheitsberatung / Körperarbeit
0170/ 470 62 64
yoga@bethechange-yoga.com
www.bethechange-yoga.com

www.facebook.com/benowbeyou.petra

Instagram: @zauberhaft_magisch
@benow.beyou.be

Wünschst du dir auch manchmal mehr Zeit? Zeit, die du füllen kannst mit Dingen, die dir Freude bereiten? Ungestörte Zeit, die du mit deinem Strickzeug (oder Häkelzeug) und mit lieben Menschen verbringen kannst, für die Begriffe, wie Umschlag & linke Masche keine Fremdwörter sind. Möchtest du dich austauschen über Strickmuster, Techniken, das Leben oder einfach nur dasitzen, die Stille genießen, wenn Stricknadeln klappern.

Verlierst du dich manchmal im Alltag und wünschst dir, mehr bei dir zu sein und dem Leben mit mehr Gelassenheit entgegenzulächeln?

Hast du eine bestimmte Vorstellung (oder vielleicht Erfahrung), was Yoga ist und das gefällt dir nicht so gut?

Dann lass uns gemeinsam an die Nordsee reisen. Wir verbringen 2 Nächte an einem wundervollen Ort direkt am Jadebusen.

Wir haben Zeit zum Stricken, können uns austauschen über das Stricken und über das Leben und neue Impulse mitnehmen.

Ich lade dich ein, (m)eine Art Yoga kennenzulernen, die vielleicht anders als alles ist, was du bisher über Yoga dachtest. Mein Yoga ist frei, es sieht dich und kann dir zeigen, wie großartig du bist, sie kann dich an die Hand nehmen und dich mit dem wertvollsten Menschen deines Lebens bekannt machen – **mit dir selbst**. Es kann deinen Körper und dein Herz bewegen.

Nach unserer Auszeit können wir mit einem gestärkten Selbstbewusstsein, einem bewegten Körper & Geist sowie Leichtigkeit und Gleichmut in unser Leben zurückkehren.

Wir gehen auf eine Reise, bei der du erkennen darfst, wie stark du bist und dass du schwach sein darfst. Erkenne, was du brauchst und finde den Mut, dies auch zu tun.

Hast du Lust dabei zu sein?



— **BE THE CHANGE** —
PETRA ALGIER

Ablauf

Freitag:

Ab 15 Uhr eigene Anreise - Kaffee und Kuchen begrüßen uns
16.30 – ca. 18:00 Uhr Begrüßung und Yoga auf dem Stuhl zum Ankommen
Ab 18:30 Dinner
Danach Zeit zum Stricken, Schlafen, Spaziergehen.....

Samstag:

08:30 – 9:00 Uhr Atmen und Still werden (Meditation)
Ab 9:15 Uhr Frühstück
Ab 10:15 Uhr Freie Zeit oder *Ausflug zu Wolloholiker nach Bremerhaven (optional falls Interesse besteht- ich bin mir nicht sicher, ob das passt. Freue mich über dein Feedback dazu)
12:30 Lunch
Stricken, Spazieren, Genießen
17:00 – 18:00 Uhr Yoga auf dem Stuhl
Ab 18:30 Dinner
Danach Stricken bis die Nadeln müde werden

Sonntag:

08:00 – 9:00 sanftes Yoga
Ab 9:15 Frühstück
Abreise gegen 11 Uhr

*Der Ausflug zu Gabriele von Wolloholiker ist optional. Bitte bei der Anmeldung schon angeben, ob Interesse besteht, da ich mit ihr den Termin vereinbare. Anreise nach Bremerhaven mit eigenem PKW. Ggf. können wir Fahrgemeinschaften bilden.



— **BE THE CHANGE** —
PETRA ALGIER

An- und Abreise: Eigene Anreise mit PKW oder Zug.

Unterkunft & Verpflegung

Wir wohnen im Seminarhotel Kunze-Hof im Einzel- oder Doppelzimmer. In einer liebevoll angelegten Parklandschaft befinden sich die Häuser mit den Gästezimmern. Bei schönem Wetter können wir mit unserem Strickzeug im Freien sitzen. Vollverpflegung mit Frühstück, Mittag, Kaffee & selbstgebackenem Kuchen, Abendessen. Seminargetränke.



Kosten:

Unterkunft & Verpflegung: 280,- Euro im EZ // 230,- Euro im DZ pro Person
Direkt an den Kunzehof zu zahlen.

Yoga: 125,- Euro Frühbucher bis 20.02.2024
155,- Euro regulär ab 21.02.2024
Pro Person inkl. MwSt.

30% Anzahlung ist bei Buchung fällig. Der Rest 4 Wochen vor Veranstaltung.

Buchung:

Sobald du dich verbindlich angemeldet hast, erhältst du von mir eine Bestätigung inkl. Rechnung für den Yogapart. Ich informiere das Hotel über deine Buchung und die Zahlung für Übernachtung und Verpflegung erfolgt direkt an das Hotel.





— BE THE CHANGE —
PETRA ALGIER



— BE THE CHANGE —
PETRA ALGIER

Rücktritt:

Yogapart:

Da es sich um den Erwerb einer Dienstleistung im Zusammenhang mit Freizeitbetätigungen handelt, besteht gemäß § 312g Abs. 2 S. Nr. 9 BGB kein gesetzliches Widerrufsrecht für Verbraucher. Ich gewähre dir ein außerordentliches Rücktrittsrecht wie folgt:

Bis 80 Tage vorher 30% / Bis 45 Tage vorher 70% / Danach 100%

Übernachtung:

Die Stornierungskosten werden direkt mit dem Kunze-Hof vereinbart.

Absage seitens Petra Algier:

Sollte das Wochenende aus unvorhersehbaren Gründen seitens Petra Algier abgesagt werden, erhältst du deinen bereits gezahlten Betrag zurück. Petra Algier kann nicht haftbar gemacht werden für entstandene Ausfälle.

Datenschutz/AGB:

Es gelten die mit der Buchungsbestätigung versandten Datenschutzbestimmungen und AGBs.

Wenn Du noch Fragen hast, freue ich mich auf deinen Anruf oder deine Mail.

Happy Knitting
Petra



Seminarhotel Kunze-Hof
Deichstraße 16 - 18
26937 Stadland

Telefon: +49 4734 928-0
E-Mail: kunze-hof@t-online.de
<http://www.kunze-hof.de/>