



— **BE THE CHANGE** —  
PETRA ALGIER

### **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. Die Zahlung für Übernachtung und Verpflegung erfolgt direkt an das Hotel.

### **Rücktritt:**

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

### **Datenschutz/AGB:**

Es gelten die mit der Buchungsbestätigung versandten Datenschutz-bestimmungen und AGBs.



**Rundlingsdorf Sagasfeld GmbH**  
Sagasfeld 1  
29473 Göhrde - Metzingen  
Telefon: 05862/6031  
Mail: [office@sagasfeld.de](mailto:office@sagasfeld.de)  
<https://www.sagasfeld.de>



— **BE THE CHANGE** —  
PETRA ALGIER

## **Yoga Wochenende im Rundlingsdorf Sagasfeld 06. – 08. September 2024**



Petra Algier - Be the change  
Gesundheitsberatung / Körperarbeit  
0170/ 470 62 64  
[yoga@bethechange-yoga.com](mailto:yoga@bethechange-yoga.com)  
[www.bethechange-yoga.com](http://www.bethechange-yoga.com)

[www.facebook.com/benowbeyou.petra](https://www.facebook.com/benowbeyou.petra)

Instagram: [@zauberhaft\\_magisch](https://www.instagram.com/zauberhaft_magisch)  
[@benow.beyou.be](https://www.instagram.com/benow.beyou.be)

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



— **BE THE CHANGE** —  
PETRA ALGIER

## Was darf jetzt für dich und in dir wachsen?

An diesem Wochenende erlauben wir der Natur uns an die Hand zu nehmen und fliegen mit Liebe und Hingabe über unsere Yogamatte und durch unseren Tag.

Dort darf dein inneres Feuer das Alte verbrennen und daraus entfaltet sich das Neue.

Verbinde dich an diesem Wochenende mit der Wahrnehmung auf das, was du JETZT brauchst, um im Jahr des Drachen deinen festen Willen in dir zu verankern und mit Leichtigkeit sowie Dankbarkeit alles zu empfangen, was das Leben dir schenkt.



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

## Unterkunft & Verpflegung

Wir wohnen im Rundlingsdorf Sagasfeld in liebevoll eingerichteten Einzel- und Doppelzimmern. Da die Einzelzimmerzahl begrenzt ist, melde dich schnell an. Bei schönem Wetter können wir im Freien Yoga praktizieren. Halbpension mit Frühstück, Tee & Kuchen, Abendessen. Tee und Wasser auch zu den Mahlzeiten



— **BE THE CHANGE** —  
PETRA ALGIER

## Ablauf

**Freitag:** eigene Anreise

16.15 – ca. 17:45 Uhr Ankommen / Begrüßung und Yoga zum Ankommen

**Samstag:**

07:00 – 08:30 Uhr

Yogaflow für mehr Energie und Freude

16:00 – 17:30 Uhr

Long Slow Deep Yoga

Ca. 19:30

Meditation und Körperreise

**Sonntag:**

07:00 – 8:30 Yoga

Abreise gegen 11 Uhr

In den Yogafreien Zeiten, kannst du einfach SEIN. Dinge tun, die zu Hause keinen Raum finden und dich genießen.



## Kosten:

**Unterkunft & Verpflegung:**

234,- Euro im EZ // 194,- Euro im DZ pro Person  
Wird direkt in Sagasfeld gezahlt.

**Yoga:**

210,- Euro Frühbucher bis 05.04.2024  
240,- Euro regulär ab 06.04.2024  
Pro Person inkl. MwSt.

30% Anzahlung ist bei Buchung fällig. Der Rest 6 Wochen vor der Veranstaltung