



# Frauen-Auszeit mit Yoga

In wohlwollendem Frauenkreis werden wir

- Erfolge des vergangenen Jahres feiern und aus Pannen lernen
- Ideen und Kraft für einen guten Start ins Jahr 2017 tanken
- persönliche Entwicklung mit Genuss verbinden.

**Termin:** Freitag 3. Februar 2017, 16 Uhr bis Sonntag 5. Februar 2017, 14 Uhr

**Ort:** Bioweingut Tauss, Leutschach a. d. Weinstraße, [www.weingut-tauss.at](http://www.weingut-tauss.at)



# Frauen-Auszeit mit Yoga: Details

Gönn Dir ein Wochenende und ein Innehalten für Deine persönliche und berufliche Entwicklung!

Ein Mix aus Reflexion und Austausch sowie Yoga unterstützt Dich, Klarheit zu gewinnen und gestärkt ins neue Jahr zu gehen. Das gemütliche Biohotel Tauss im Südsteirischen Weinland bietet uns Ruhe und kulinarischen Genuss.

**Termin:** Freitag 3. Februar 2017, ab 15 h Ankommen, Start 16 h bis Sonntag 5. Februar 2017, 14 h

**Ort:** Bioweingut Tauss, Leutschach a. d. Weinstraße, [www.weingut-tauss.at](http://www.weingut-tauss.at)

**Investition:** € 285,- inkl. 20 % Mwst, Material, Unterkunft und Verpflegung in Bio-Qualität: Frühstücksbüffet, Mittagsimbiss, Kuchen & Kaffee sowie 4-gängiges Bio-Abend-Menü; Einzelzimmerzuschlag € 44,-; Paket ohne Unterkunft inkl. Verpflegung € 195,-

## Anmeldung

telefonisch oder per Email an [info@margitweingast.at](mailto:info@margitweingast.at) oder 0664/3121836!

Ich freue mich auf eine inspirierende Auszeit im Frauenkreis!

*Margit Weingast*





# Frauen-Auszeit mit Yoga: Ablauf

<b>Freitag 3.2.2017</b>	
15.00	Ankommen und gemeinsam Kaffee und Kuchen
16.00	Begrüßung und erste Gedanken zu Auszeit Yoga zum Kopf frei machen und bei sich ankommen
17.00	Überblick: 1½ Tage: Rückblick 2016 1½ Tage: Landkarte 2016 Einstimmung und Kennenlernen
17:30	Erster Rückblick 2016 mit Leitfragen
18.30	Abendessen und Vertiefung des Rückblicks

<b>Samstag 4.2.2017</b>	
7:30	Morgen-Yoga: freiwillig!
8:30	Frühstück
10.00	Vertiefter Rückblick 2016 mit Auswertungsfragen
11:30	Ritual zum Abschluss 2016
12:30	Mittagessen
15:00	Yoga zur Öffnung für die Zukunft
16:30	Visionen, Ziele und Strategie
18.00	Abendessen Optional: Zukunftsbild gestalten

<b>Sonntag 5.2.2017</b>	
8.00	Morgen-Yoga: freiwillig!
9.00	Frühstück
10:00	Einstimmung und „Strategie/Leitbild 2017“ mit Rüttelstrecke betreffend Chancen und Risiken
12:30	Abschluss-Ritual und Ausklang + kleines Geschenk
13:00	Gemeinsame Suppe



# Anmeldung zur Frauen-Auszeit mit Yoga

**Termin:** Freitag 3. Februar 2017, 16 Uhr bis Sonntag 5. Februar 2017, 14 Uhr

**Ort:** Bioweingut Tauss, Leutschach a. d. Weinstraße, [www.weingut-tauss.at](http://www.weingut-tauss.at)

Name .....

Anschrift .....

Email .....

Telefon .....

Anmerkungen/Wünsche/Sonstiges:

Bitte um Überweisung:

€ 285,-, (+ EZ-Zuschlag € 44,-) bzw. Paket ohne Unterkunft inkl. Verpflegung €195,-  
an Margit Weingast, easybank BLZ 14200, KtNr. 20010233640, IBAN: AT051420020010233640

Stornogebühr bei kurzfristiger Absage 80 % des Beitrages.