

NAMASTÉ,  
Ulli Handl

**DAS BESONDERE WEIHNACHTSGESCHENK!**



Schenke Zeit & Entspannung  
mit einem Yoga-Wochenende!

## WINTER STUDIO MÜHLVIERTEL

Fichtenweg 10  
4202 Kirchsschlag bei Linz  
(1h von Wieselburg entfernt)

## ANMELDUNG

Ulrike Handl  
T: +43 (0)650 433 8445  
E: anmeldung@yogamitulli.at  
[www.yogamitulli.at](http://www.yogamitulli.at)

KRAFT TANKEN  
ENTSCHLEUNIGEN  
ENERGIE SCHOPFEN



**IM MÜHLVIERTEL**  
**26.01.-28.01.2018**

**YOGA & RELAXTAGE**

# YOGA-KURZURLAUB FÜR GEIST & SEELE

Langsam und sanft wecken wir unseren Körper mit leichten Asanas und verschiedenen Atemtechniken auf.

Am Abend schaffen wir mit einer kraftvollen Vinyasa Flow Stunde und entspannender Meditation Ruhe und Ausgeglichenheit. Natürlich bleibt dazwischen viel Zeit um die atemberaubende Umgebung zu genießen.

## Übernachtung Yogastudio

- bitte Schlafsack mitbringen
- Duschen sind vorhanden

## Übernachtung im Ort

- Pension Pöpl.  
[oberoesterreich.at/oesterreich/unterkunft/430010995/pension-poepl.html](http://oberoesterreich.at/oesterreich/unterkunft/430010995/pension-poepl.html)
- Hotel Alpenblick.  
[hotelalpenblick.at](http://hotelalpenblick.at)
- Maurerwirt.  
[maurerwirt.at](http://maurerwirt.at)



# PROGRAMM

## FREITAG, 26.01.2018

- 17:30 - 19:00** Abendyoga
- 19:00** Abendessen

## SAMSTAG, 27.01.2018

- 8:00 - 9:30** Morgenyoga
- 9:30** Brunch (wir werden von Kochmarie verköstigt)

*Wanderungen oder andere Freizeitaktivitäten wie Eisstock schießen, Nachtschifahren*

- 17:30 - 19:00** Abendyoga
- 19:00** Abendessen

## SONNTAG, 28.01.2018

- 8:00 - 9:30** Morgenyoga,  
danach Brunch und Ausklang

NAMASTÉ,  
Ulli Handl

**KOSTEN** PRO PERSON

EUR 200,00 inkl. Brunch