

Event ohne Übernachtung

Besinnliche Weihnachtsfeier im Yogastudio!

Weihnachtsfeier mal ganz anders ... mit Yoga, Entspannung & Genuss. Feiern wie bei Freunden, persönlich und einzigartig



Programm-Idee

Eine Firmen-Weihnachtsfeier mal ganz anders: mit Entschleunigung, Achtsamkeit und Besinnlichkeit. Eine Weihnachtsfeier der besonderen Art, die Sie so schnell nicht vergessen werden. Fernab vom vorweihnachtlichen Rummel werden Sie Entspannung und Ruhe tanken. Das Event beginnt mit einer professionell geführten Yogastunde, bei der der Körper aktiviert und der Geist zur Ruhe gebracht wird. In der anschließenden Meditation/Tiefenentspannung werden Sie angeleitet tiefere Bewusstseins Ebenen zu erreichen. Energetisiert, im Einklang mit sich selbst und einem veränderten Bewusstsein, werden Sie die letzte Stunde dieses exklusiven Events bei köstlichen homemade Snacks und Getränken im Kreise Ihrer Kollegen verbringen.

Paket-Nummer: 0514643

Region: 41464 Neuss

Verfügbarkeit: Oktober - Januar

Teilnehmer: 10 - 50 Teilnehmer

Dauer: 3.5 Stunden

Mögliche Sprachen: Deutsch, Englisch

Preis zzgl. MwSt: ab 50,00 € p.P.

Event ohne Übernachtung

Besinnliche Weihnachtsfeier im Yogastudio!

Weihnachtsfeier mal ganz anders ... mit Yoga, Entspannung & Genuss. Feiern wie bei Freunden, persönlich und einzigartig

Beschreibung

Diese Weihnachtsfeier ist anders, ist besinnlich, ist achtsam.

Schon bei der Ankunft im Studio wird Sie ein Lichtermeer aus Kerzen erwarten. Sie werden eine entspannende Yogastunde erleben, die Sie Ihren Alltag vergessen lässt und Ihren Geist zur Ruhe bringen wird. Diese Hatha/Yin Yogastunde ist sowohl für Anfänger als auch geübtere Yogis bestens geeignet. Und macht natürlich doppelt Spaß im Kreise Ihrer Kollegen. Nach einer Pause werden Sie eine geführte Meditation bzw. Tiefenentspannung (Yoga Nidra) erleben und abtauchen in tiefere Bewusstseins Ebenen. Anschließend werden Sie mit Ihren Kollegen köstliche Getränke und hausgemachte Snacks in besinnlicher und entspannter Atmosphäre genießen. Feiern mit Herz und dem gewissen Extra wie bei Freunden... Der Zeitrahmen umfasst ca. 3h30.

Wichtige Hinweise

Bequeme Sportkleidung/Socken mitbringen

Leistungen inkl.

- **70 Minuten Yoga**
Eine professionelle Yogastunde, für Anfänger wie Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Wir können sanftes Hatha Yoga und heilendes Yin Yoga anbieten.
- **30 Minuten Meditation/Yoga Nidra**
Sie werden eine angeleitete Meditation bzw. eine geführte Yoga Nidra Einheit erleben. Dieses tiefenentspannende Erlebnis wird Tore zu Ihrem tiefen Innern öffnen bzw. Sie in den yogischen Schlaf führen.
- **Homemade Snacks & Weinbegleitung**
Warme & kalte Snacks, vegetarisch & nonvegetarisch, Rot- und Weißweine

Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können

www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0514643

