



Yoga & CQM Retreat

So. 18.05. – Sa. 24.05.2025

mit Sandra Gutheber & Daniela Demharter

Diese Woche ist der grenzenlosen Liebe in Deinem Herzen gewidmet!

Yoga & CQM Paket: 600,- EUR

Das Paket beinhaltet:

Alle Yoga-Einheiten, CQM-Korrekturrunden, Bodymovement, Breathwork, Klangreisen, Lomi Lomi Massage (Dauer 60 Min.), weitere Highlights & Übungen für Körper, Geist und Seele.



Unterkunft + Verpflegung: 590,- EUR

Das Paket beinhaltet:

Unterkunft im Home of Heart & Mind Power-Center in einem Apartment für 2-6 Personen, sowie die Verpflegung (Frühstücks-Buffer, leichte Snacks am Mittag, Obst, Wasser, Tee und Abendessen)

Dein Zimmer im 2-6 Personen Apartment buchst Du direkt über das Heart & Mind Power-Center:

Bärbel Schmid
E-Mail: baerbel@he-mi-po.com
WhatsApp: +49 173 5616549
www.he-mi-po.com/grandici

Das bringst Du mit:

- Bequeme Sport- bzw. Yoga-Kleidung
- Decke für die Endentspannung
- Badesachen + Badetuch für den Pool
- Strandkleidung
- Schreibunterlagen
- Trinkflasche
- gutes Schuhwerk
- warme Kleidung für den Abend / Morgen

Anschrift: Grandići 41 - Home of Heart & Mind Power, 55200 Barban / Kroatien

FREUE DICH AUF DEINE *Heart & Mind Power*

Traumhafte Umgebung mit Sonne & Pool in ruhiger Lage und Landschaft so weit das Auge reicht!



Das erwartet Dich:

Sonntag

- bis 17 Anreise + Zimmer beziehen
- 17 - 18:30 Welcome Circle
- 19 Abendessen mit open End



Montag - Freitag

- 7:30 - 9:30 Yoga & CQM
- 10 - 11 Frühstücks-Brunch
- ab 11 freie Zeit für DICH / Ausflüge / Massage
- 17 - 18:30 Bodywork & CQM
- 19 Abendessen
- ab 20:30 optionales Abendprogramm

Samstag

- 7:30 - 9:30 Yoga & CQM
- 10 - 11:30 Frühstücks-Brunch
- 11:30 - 12:30 Closing Circle & Abschlussrunde
- ab 12:30 individuelle Heimreise



Dieser Ablauf ist exemplarisch und kann je nach Wetter angepasst werden.

Egal ob Yoga-Star oder Yoga-Küken, alle Einheiten sind so aufgebaut, dass diese für jedes Yoga-Level geeignet sind. Dabei variieren wir täglich zwischen unterschiedlichen Stilen und Abfolgen. Statische Haltungen werden mit dynamisch fließenden Bewegungen kombiniert. Neben dem Yoga wird es unterschiedliche Bodymovement Einheiten und Atemsessions geben. Als erfahrene CQM MasterCoaches begleiten wir Dich natürlich mit energetischen Korrekturen. Erwarte das Unerwartete und vertraue dem tiefen Wunsch Deiner Seele nach Lebendigkeit.

Nach Deiner Anmeldung erhältst **Du eine Anzahlungsrechnung in Höhe von 300,- EUR.** Sobald diese bezahlt ist, ist Dein Platz gesichert. **Bitte bring den Restbetrag in BAR nach Grandići mit.**

Teilnahmevoraussetzung: CQM I Seminar

Anmeldung und Buchung über:

Sandra Gutheber

Mobil: +49 177 4254055

E-Mail: kontakt@sandragutheber.com

Daniela Demharter

Mobil: +49 821 4864149

E-Mail: daniela.demharter@dieoaseaugsburg.de

