

YOGA & REITEN



IM SAUERLAND

drei Termine 2024
auf dem Quinkenhof

swipe für mehr Infos

3 Termine in 2024

12. bis 15. Mai 2024

22. bis 25. September 2024

26. bis 29. Oktober 2024



Reiten mit Anna



- Individualtraining für Pferd und Reiter, auf die Bedürfnisse und Wünsche des Einzelnen abgestimmt in Kleingruppen
- Wahlweise auf der Ovalbahn, im Dressurviereck oder im Gelände

Reiten mit Anna



- Insgesamt zwei Reiteinheiten bei Anna Böhmer (IPZV Trainer B, API-Lehrgangsgleiter & -prüfer)
- Weitere Reiteinheiten können dazu gebucht werden
- Lehrpferde stehen zur Verfügung
- Unterbringung eigener Pferde in Boxen / Paddocks





Yoga mit Laura & Anna



- Auf das Reiten angepasste Yogastunden für Entspannung und Kraft
- Aktivierendes Vinyasa Yoga am Morgen
- Regenerierendes Yin Yoga am Abend





Verpflegung



- Frisch zubereitete, bunte, vegetarische Speisen
- Ausgiebiger Frühstücksbrunch, Nachmittagssnack und großes Buffet am Abend
- Den ganzen Tag Wasser, Tee & Kaffee

Unterkunft



drei Nächte im Doppel- oder Einzelzimmer in den Ferienwohnungen des gemütlichen Quinkenhofs



Alles auf einen Blick

- 3 Übernachtungen auf dem Quinkenhof
- leckere, vegetarische Vollverpflegung
- Den ganzen Tag Wasser, Tee und Kaffee
- 6 Yogastunden (Vinyasa und Yin)
- 2 Reiteinheiten und Zeit für Deine individuellen Wünsche & Ziele, optional können weitere Reiteinheiten am An- oder Abreisetag dazu gebucht werden
- Ganz viel Zeit für die Tiere, zum Spaziergehen, Lesen, vorm Lagerfeuer sitzen u.v.m

500 € p. P. im Doppelzimmer

560 € p. P. im Einzelzimmer

Der Preis setzt sich durch das Buchen von Yoga, Reiten und der Unterkunft plus Verpflegung auf dem Quinkenhof zusammen.

Unterkunft und Verpflegung werden vom Quinkenhof angeboten.



DEIN RETREAT IN DER NATUR DES
SAUERLANDS



Anmeldung und Fragen an:
yogaundreiten@gmail.com