



## Sehvergnügen und Yoga in der Vulkaneifel

Erfahre Dein Sehen auf eine besondere Weise, in den verschiedensten Facetten und in den feinsten Nuancen... dadurch eröffnet sich ein Weg zum Innersten. Entdecke Deine inneren Schätze.

Mit verschiedenen Augenübungen ergrünzen wir unser Sehen, aktivieren unsere Augenmuskeln und schauen mit entspanntem Blick in die reizvolle Vulkaneifel. Wir erfahren unser inneres Sehen und unsere persönlichen Sichtweisen.

Durch die Dehnung unseres Körpers in den Yogahaltungen und durch die bewusste, tiefe Atmung kann sich Ruhe und Entspannung in unserem Körper ausbreiten und neuer Raum für die eigene Wahrnehmung darf entstehen... ein Vergnügen für alle Sinne, das durch fabelhaftes Essen, reinigende Saunagänge und beruhigende Wellnessangebote abgerundet wird.

**Seminarort:** Vulkanhotel balance & selfness, Hochstr. 7, 54597 Steffeln/Eifel

**Termin:** Donnerstag, 11.06.2026 Beginn: 14 Uhr  
Ende: Sonntag, 14.06.2026 Ende: ca. 12 Uhr

**Kosten:** komplett 571 EU      EARLYBIRD bis 31.12.2025 komplett 540 EU

3x ÜN im DZ (351 EU) incl. Halbpension, Saun Nutzung  
zuzügl. Seminargebühr incl. Seminarverpflegung (220 EU)

**Anmeldungen** bitte per Mail an: [info@ganzheitliches-sehen.de](mailto:info@ganzheitliches-sehen.de)

Ich freue mich auf eine entspannte Zeit mit Dir in der wunderschönen Vulkaneifel!

Esther Montreal

sehenswert - Praxis für ganzheitliches Sehen, Hauffstr. 11a, 71672 Marbach am Neckar, [www.esther-monreal.de](http://www.esther-monreal.de)



## Erläuterungen

Das Seminar beinhaltet 6 Yogaeinheiten zu je 90 Minuten und 8 Stunden Sehvergnügen mit Sehübungen, einem Augenspaziergang an der frischen Luft und theoretischen Inhalten.

Die Seminargebühr von 220 EU (EarlyBird 190 EU) bitte überweisen an:

Esther Monreal

VR Bank Rhein - Mosel eG, IBAN: DE44 5746 0117 0008 5559 67

BIC: GENODED1MPO

Der Zahlungseingang dient als Seminaranmeldung.

Die Hotelkosten (Übernachtung im EZ oder DZ mit Halbpension, Saunanutzung incl. Bademantel, Handtücher und Badeschuhe) werden vor Ort im Hotel bezahlt.

Ich nehme die Buchung der Zimmer vor. Es stehen nur wenige Einzelzimmer zur Verfügung. Bei der Vergabe zählt das Anmelddatum bzw. Überweisungsdatum. Es kann auch ein DZ als EZ-Nutzung gebucht werden. Bitte bei der Anmeldung angeben.

Ebenso bitte Besonderheiten beim Essen bei der Anmeldung angeben. Bisher konnten immer alle Wünsche berücksichtigt werden.

Wellness:

Gerne können vorab schon Termine für Massagen, Bäder oder sonstige Wellnessanwendungen über das Hotel gebucht werden.

Ich bitte um kurze Rücksprache mit mir, um den zeitlichen Rahmen zwischen Seminar und Wellnessanwendungen einhalten zu können.

Stornobedingungen:

Im Falle eines Rücktritts vom Seminar betragen die Kosten wie folgt:

Bis 30 Tage vor Seminarbeginn 30 EU, bis 14 Tage vor Seminarbeginn 50 EU, weniger als 14 Tage vor Seminarbeginn bleibt der volle Seminarpreis bestehen, Ersatzteilnehmer sind herzlich willkommen.

Die Stornobedingungen des Hotels stehen auf der Homepage:

[www.balance-hotel-eifel.de](http://www.balance-hotel-eifel.de)