

## Entfache Dein inneres Feuer Spurensuche in der Vulkaneifel

YOGA • INNEHALTEN • NATURSPAZIERGÄNGE  
WELLNESS • PERSPEKTIVWECHSEL

# 28. – 30.6.2024

VULKANHOTEL BALANCE & SELFNESS  
54597 STEFFELN / VULKANEIFEL



**ESTHER MONREAL** Augenoptikermeisterin / Optometristin + Yogalehrerin  
**JULIA EBENHOFER** Dipl.-Pädagogin + Kalligraphin

Entfache und spüre die Glut Deines inneren Feuers auf einer besonderen Spurensuche inmitten der faszinierenden Vulkaneifel. Gemeinsam begeben wir uns auf eine einzigartige Entdeckungsreise: Was bewegt Dich? Was erfüllt Dein Herz? Was möchtest Du sehen?

Inmitten des oft hektischen Alltags geraten solche essentiellen Fragen leicht in den Hintergrund. Unsere Lebenszeit ist kostbar und jeder Lebensweg einzigartig. Nimm Dir die Zeit, Deinen Körper zu spüren, innezuhalten und in den gegenwärtigen Moment einzutauchen.

Inspirierende Naturspaziergänge mit Julia und sehvergnügte Augentraining sowie entspannende Yogaeinheiten mit Esther helfen Dir Ruhe zu finden, neue Perspektiven zu entdecken und Dich selbst mit liebevollen Augen zu betrachten.

**28.6.2024 | 14 UHR – 30.6.2024 | 12 UHR**

Vulkanhotel balance & selfness, Hochstraße 7, 54597 Steffeln / Vulkaneifel

**SEMINARKOSTEN: 299 €**

**ANMELDUNG BIS 10.5.24 AN: [info@ganzheitliches-sehen.de](mailto:info@ganzheitliches-sehen.de)**

**EARLY BIRD ANGEBOT: 269 €**

(bei Anmeldung bis zum 7.4.24)

Die Kosten beinhalten eine Seminarverpflegung (Wasser, Tee, Kaffee, Kuchen).  
Preise zzgl. Hotelkosten (weitere Infos auf Seite 2).

Die Zahl der Teilnehmenden ist begrenzt. Der Zahlungseingang dient als Anmeldebestätigung. Überweisung bitte an **Esther Monreal**, IBAN: **DE71 5766 2263 0008 5559 67** bei der **VR Bank Rhein-Mosel**, BIC: **GENODEDIMPO**

Bei Absagen des Seminars nach Zahlungseingang werden Stornierungskosten in Höhe von 50 € einbehalten. Bei Absagen ab 10 Tagen vor dem Seminar können die Kosten nicht erstattet werden. Ersatzteilnehmende sind herzlich willkommen.



## ÜBERNACHTUNGSKOSTEN INKL. HALBPENSION

(Frühstück und mehrgängiges Abendessen)

Vulkanhotel balance & selfness, Hochstraße 7, 54597 Steffeln

**238€** bei 2 Übernachtungen inkl. Halbpension im EZ (klein – begrenzte Anzahl)

**278€** bei 2 Übernachtungen inkl. Halbpension im DZ (als Einzelperson)

**468€** bei 2 Übernachtungen inkl. Halbpension im DZ (für zwei Personen)

Ausführliche Informationen über das Hotel, die Vulkangarten-Sauna, Massagen, Wohlfühl-Bäder, etc. finden sich unter [www.balance-hotel-eifel.de](http://www.balance-hotel-eifel.de).

Besondere Essenswünsche können individuell berücksichtigt werden. Bitte mit Herrn Berg direkt abstimmen. Stornierungsbedingungen für das Hotel finden sich hier:

<https://www.balance-hotel-eifel.de/de/hotel-agb>

### UNSER TIPP

## Einstimmung

Wer sich gerne ausgiebig einstimmen möchte,  
kann bereits donnerstags anreisen,  
um sich in entspannter Atmosphäre  
die verschiedenen Wellness-Anwendungen,  
die wohltuende Natur und  
die hervorragende Küche im Hotel zu gönnen.

Fahrgemeinschaften möglich.

BEI INTERESSE BITTE BEI ANMELDUNG ANGEBEN.

## SEMINARABLAUF

(Änderungen vorbehalten)

### FR 28. JUNI 2024

14.00 Uhr	Ankommen, Begrüßung & Kennenlernen
14.30 Uhr	Spaziergang mit kreativem Impuls
16.00 Uhr	Kaffee & Kuchen
17.00 – 18.30 Uhr	Entspannung / Yoga
19.00 Uhr	Abendessen

### SA 29. JUNI 2024

7.00 – 8.30 Uhr	Morgenyoga in der Natur
9.00 Uhr	Frühstück
10.00 – 13.30 Uhr	Naturzeit (Bewegung & Kreatives)
13.30 – 17.00 Uhr	Zeit zur freien Verfügung (Buchung von individuellen Anwendungen) ab 16 Uhr Kuchenbuffet
17.00 – 18.30 Uhr	Entspannung / Yoga
19.00 Uhr	Abendessen

### SO 30. JUNI 2024

7.00 – 8.30 Uhr	Morgenyoga in der Natur
9.00 Uhr	Frühstück und Auschecken
11.00 – 12.00 Uhr	Gemeinsamer Abschluss