

13. – 15. MÄRZ 2026  
MUT.HAUS RHÖN

# Yoga - Retreat

## Deine Wohlfühlzeit in der Rhön

YOGA · ATEM · WÄRME · NATUR · GEMEINSCHAFT



### 3 TAGE

- sanfte & wärmende Yoga-Praxis
- Zeit in der Natur
- gemütliche Kaminabende
- Sauna & tiefe Entspannung
- geschützter Raum

Ein Wochenende zum Einkuscheln, Sein & Auftanken

mit Elisa Meinhardt  
zertifizierte Yogalehrerin

Pro Person  
199,00 € inkl. Sauna und Kaminabende  
zzgl. Übernachtung, Verpflegung, Massage

[www.yoga-mit-elisa.de](http://www.yoga-mit-elisa.de)



13. – 15. MÄRZ 2026  
MUT.HAUS RHÖN

## WAS DICH ERWARTET

- 4 wohltuende Yoga-Einheiten  
achtsam, sanft & für Anfänger geeignet
- 90 Minuten geführte Zeit in der Natur  
ankommen · erden · durchatmen
- Sauna-Nachmittag  
Wärme für Körper & Nervensystem
- gemeinsame Kaminabende  
Ruhe, Geborgenheit & Austausch
- Zeit für dich  
Raum für Rückzug, Spaziergänge & einfach Sein



## ORGANISATORISCHES

- 8 – 14 Teilnehmende
- Seminargebühr: 199 €  
(inkl. Yoga, Naturzeit, Sauna & Kaminabende)
- Übernachtung & vegetarische Verpflegung ab 192 €  
werden direkt mit dem MUT.HAUS abgerechnet

## ANMELDUNG & INFOS

### Seminar:

0151 40300783

elisameinhardt@web.de

### Unterkunft und Verpflegung:

09772 9322880

post@muthaus.de

verbindliche Anmeldung bis zum 11. Januar 2026



**Yoga mit Elisa**

Zeit für dich und dein Wohlbefinden

[www.yoga-mit-elisa.de](http://www.yoga-mit-elisa.de)

[www.muthaus.de](http://www.muthaus.de)