

YOGA am MEER

Tage für Dich und Deine Seele

IM MAI 2026

Auf der Insel Elba in Procchio

In der Casa Ambron, Via del Mare 26

Es gibt 2 Seminarwochen: 1.5.-7.5. / 15.5.-21.5.

Seminarbeginn: Freitag 01.05.2026 oder 15.05.2026 08.00

Seminarende: Donnerstag 07.05.2026 oder 21.05.2026 19.00

**Erstes Zusammenkommen am Donnerstag 30.04.2026 oder
14.05.2026 um 18.00**

**Ich werde dich in diesen 7 Tagen begleiten auf deinem persönlichen
Yogaweg. Wir tauchen ein in die vielen Möglichkeiten den Körper, den
Atem den Geist zu bewegen und in Einheit zu bringen.**

Eine spannende Reise zu dir Selbst.

**Dort an diesem Ort, an den ich jetzt schon seit 30 Jahre fahre
und wie eine Heimat für mich geworden ist,
geschieht sowieso Vieles wie von allein.**

Ich freue mich auf Dich

Seminarprogramm:

Täglich in den 7 Tagen:

8.00 - 9.30 Yoga danach gemeinsames Frühstück und Tagesbesprechung.

17.00 - 18.30 Yoga mit anschließendem Abendessen.

Es gibt viele Möglichkeiten auf der Insel von Ausflügen, Wandern, Mineralien erkunden, schwimmen, oder einfach nur die Seele baumeln lassen am Strand.

Dank einer großen neuen Küche können wir nach Absprache zusammen kochen oder auch die umliegenden Restaurants am Meer besuchen.

Seminarkosten:

560,-- Euro inklusive Frühstück.

Tagsüber stehen zu Verfügung Wasser, Tee, Kaffee und frisches Obst.

Übernachtung:

Wir bieten in der Casa Ambron folgende Übernachtungsmöglichkeiten an:

Ein Zimmer mit einem Doppelbett, ein Zimmer mit zwei Einzelbetten (kann von zwei Einzelpersonen genutzt werden) und gemeinsames Bad für diese beiden Zimmer: 60,-- Euro pro Nacht/pro Zimmer

Zwei Zimmer mit je einem Einzelbett und gemeinsamen Bad: 30,-- Euro pro Nacht/pro Zimmer

In Procchio gibt es weitere Hotels oder Pensionen die ich im persönlichen Gespräch weitergebe und auch selbständig gebucht werden können. Dein Aufenthalt kann verlängert werden, was ich dir sehr empfehle, um all die Erfahrungen der Seminartage zu verarbeiten.

Die Casa Ambron befindet sich in einer Straße wo keine Autos fahren dürfen und du in zwei Minuten am Meer bist. Solltest du mit dem Auto kommen, gibt es bei uns eine kostenlose Parkmöglichkeit.

Die Teilnahme im Seminar ist begrenzt auf 7 Personen.

Für die Anmeldung und weitere Informationen, bezgl. Anreise, der Insel, Übernachtung, usw. bitte setze dich mit mir in Kontakt. Ich unterstütze dich und gebe dir für Alles Auskunft.

Susanne Fraling von Münster

Dipl. Yogalehrerin BDY/EYG

www.yoga-susanne.ch

0041-79-2825994 (whatsapp)

susanne.fraling@gmail.com