

# YOGA RETREAT STRANDGÅRDEN

tæt ved Esby Strand, 8420 Knebel

Weekenden den 2.- 4. september 2022

## GIV DIG SELV EN PAUSE!

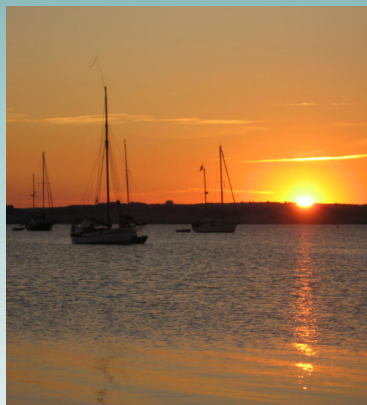
Ro ✿ Fællesskab ✿ Fordybelse

**“Vi er 2 dedikerede yoga - og mindfulnesslærere, der inviterer til ro, personlig guidning og fordybelse på dette dejlige Retreat.**

Du har mulighed for at være med i et nærende fællesskab, hvor også tilgangen til hinanden er mindful; vi møder hinanden med en kærlig venlighed samt en intention om at være sammen på en åben og ikke-dømmende måde. Vi glæder os til gode dage sammen med dig. Kærligst Lykke og Mette”

Vi befinder os midt i den skønneste, fredfyldte natur ved Esby Strand (Knebel), hvor vi hen over weekenden vil fylde krop og sind med yoga & mindfulness, smukke omgivelser, dejlig, 100 % økologisk forplejning og indkvartering på det hyggelige Retreat Strandgården.

**Se mere om strandgården på [strandgaardenretreat.dk](http://strandgaardenretreat.dk).**



Du kan stadig nå det!  
Forlænget tilmeldingsfrist  
10. august 2022.

Tilmelding og mere info  
[mette@yougrow.dk](mailto:mette@yougrow.dk)



SE MERE PÅ - [WWW.YOUGROW.DK](http://WWW.YOUGROW.DK) | TLF. 2344 8389