

# **Oberlausitz: Dem Leben vertrauen - Yoga-Wildkräuter-Wandertage**

20.11.2024–24.11.2024

**5 Tage / 4 Nächte im November im Naturpark Zittauer Gebirge  
Oberlausitz \* Windmühle Seifhennersdorf \***



Seifhennersdorf

Inmitten urwüchsiger Natur und wundersam geformten Sandsteinfelsen macht das draußen sein den Kopf frei und das Herz ganz weit. Ideal, um Kraft zu tanken. Wir wohnen auf einem Berg mit Weitblick im Dreiländereck: Deutschland-Tschechien-Polen. Die Windmühle Seifhennersdorf ist ein idyllischer Ort der Begegnung, Bildung, Tradition und ein Verein mit Herz und Liebe zur Heimat. Wir beginnen und beenden den Tag mit Yoga & Achtsamkeitsübungen, Tiefenentspannung und Klangreisen. Nach dem Frühstück wandern wir durch die ursprüngliche Natur rund um Oybin im kleinsten Mittelgebirge Deutschlands. Wir nehmen uns Zeit, um viel Wissenswertes über die Heilkräfte der Bäume und Wildpflanzen zu lernen. Die Abende im November verbringen wir in der gemütlichen Blockstube am Kachelofen. Zeit für Stille & gemeinsames Beisammensein, Geschichten lauschen und erzählen, Meditation, Musik, Tanzen, Töpfern, Herrnhuter Sterne basteln, alles ist möglich.



## Infos zum Seminarinhalt in Kürze:

- Seminarbeginn ist am Anreisetag 16.00 Uhr
- Seminarende ist am Abreisetag gegen 11.00 Uhr
- jeder Tag beginnt um 8 Uhr mit Yoga, Entspannung & Klang und anschließend einem gemeinsamen Frühstück
- Wandertage mit Kopf-frei-Wandern
- Kräutertag "Wild und schön" - die heilenden Kräfte der Bäume und Pflanzen
- Abendprogramm "Dem Leben vertrauen"

Ein detailliertes Programm erhalten die Seminarteilnehmer nach der Anmeldung.

## Kosten

Preis Seminar 5 Tage / 4 Nächte: 495,00 Euro zzgl. Übernachtung und Verpflegung

- Doppelzimmer: Ü/HP 77,00 Euro pro Person
- Einzelzimmer: Ü/HP 91,50 Euro pro Person

Es gibt auch einen Schäferwagen zum Schlafen und Campingmöglichkeiten.

[www.windmuehle-seifhennersdorf.de](http://www.windmuehle-seifhennersdorf.de)

[Zur Anmeldung ...](#)

[Zurück zur Eventübersicht](#)



Seifhennersdorf



Heilpflanzenkunde



Zittauer Gebirge

•



Yoga und Achtsamkeit