

# YOGA VAKANTIEWEEKEND

30 juli- 1 augustus in Drenthe



Middenin een bos, aan de rand van een kristalhelder meer, ligt de Hof van Axen, een ideale plek voor een volmaakt relaxt yogaweekend. De mild-actieve les in de ochtend en de Yin yogales in de namiddag zijn geschikt voor zowel beginnende als meer ervaren deelnemers. Tussen de lessen door is er ruim de tijd om door het bos te wandelen of naar een dorpje in de buurt te fietsen. Je kunt zwemmen of kanoën op het meer, een boek lezen in de tuin of gewoon lekker niks doen. De combinatie van buitenzijn, lekker eten, toegankelijke yogalessen en veel vrije tijd maakt dit tot een echt vakantieweekend.

## *DE WARE LUXE VAN NATUUR EN STILTE*

De Hof staat bekend om z'n heerlijke biologische maaltijden die met liefde en aandacht worden bereid met groenten en kruiden uit eigen moestuin. De accommodatie heeft een natuurlijke soberheid; met toilet en douche op de gang. Indien gewenst kunnen deelnemers een 1-persoonskamer krijgen.

De groep is klein, maximaal 12 deelnemers. Daardoor is er in de lessen veel persoonlijke aandacht.



Prijs: € 235,- Dit is inclusief 2 overnachtingen, 4 yogalessen en 6 maaltijden (plus onbeperkt koffie, thee, fruit en lekkers tussendoor).

Locatie: De Hof van Axen, Witteveen (Dr.) [www.hofvanaxen.com](http://www.hofvanaxen.com)

Het weekend wordt georganiseerd door Anna Aalten, yogadocent, antropoloog en enthousiast wandelaar.

Kijk voor meer info bij: [www.bewegenmetaandacht.nl](http://www.bewegenmetaandacht.nl)

Informatie en aanmeldingen naar: [info@bewegenmetaandacht.nl](mailto:info@bewegenmetaandacht.nl)