

Infos

- **Yogamatten** und **Decken** sind im Raum vorhanden
- **Anreise:** Solltest du mit der **Bahn** anreisen, befindet sich der Bahnhof ca. 2 km vom Tagungshaus entfernt. Es ist somit fußläufig gut erreichbar.
Bei der Anreise mit dem **Auto** wird empfohlen, ins Navi die Straße „Flögemannsesch 55“ oder „Sellen/Veltrup“ einzugeben anstatt „Sellen 2“ und den Schildern „Karneol“ zu folgen.
- **Bettwäsche** entweder mitbringen oder für 10,- € ausleihen. Handtücher sind vorhanden.
- Es wird gebeten, **Hausschuhe** oder dicke Socken mitzubringen. Die Räume in den oberen Etagen (Schlafräume, Seminarraum) sowie der Seminarraum im Erdgeschoss sollten nach Möglichkeit nicht mit Straßenschuhen betreten werden.
- Bitte unbedingt **vorher Lebensmittelunverträglichkeiten** mit dem Haus absprechen. Es wird ein **Aufpreis** von 7,- € pro Tag berechnet. Klärt dies bitte **vorher** (02551/80572 oder mail@tagungshaus-karneol.de).
- Die Anreise erfolgt am ersten Seminartag ab 16:00 Uhr. Wir werden dann gemeinsam um 19:00 Uhr zusammen Abendessen. Abreise erfolgt am letzten Seminartag nach dem Frühstück.
- **Seminarzeiten:**
07:30 – 10:00 Uhr Yoga und Meditation
12:30 – 15:00 Uhr Atem-intensiv Einheit, holotropes Atmen
17:00 – 19:00 Uhr Offenes Programm (Yoga, Meditation, Achtsamkeitsübungen u.ä.)
- **Mahlzeiten** (im Preis der Unterkunft enthalten):
10:00 Frühstück
15:00 Snack
19:00 Uhr warmes Abendessen
- **Seminargebühr:** 470,- €
Unterkunft: 682,50 €/ 97,50 €/pro Person am Tag im **geteilten Doppelzimmer**
 766,50 €/109,50 €/pro Person am Tag im **Einzelzimmer**
Kosten insgesamt: 1.152,50 € (im geteilten Doppelzimmer)
 1.236,50 € (im Einzelzimmer)
Zahlbar bar vor Ort oder Überweisung bei Rechnungserhalt
Karl Semelka, IBAN DE 32 5001 0517 5425 7493 27
- Der Abschluss einer **Reiserücktrittsversicherung** wird empfohlen.
- **Stornierungsbedingungen Haus Karneol (Unterkunft+Verpflegung)**
Bis 20 Wochen vor dem gebuchten Termin 50% des Gesamtpreises.
Bis 8 Wochen vor dem gebuchten Termin: 60% des Gesamtpreises.
Bis 4 Wochen vor dem gebuchten Termin: 80 % des Gesamtpreises.
Bei späterem Rücktritt wird der Gesamtpreis - abzüglich der nicht anfallenden Lebensmittelkosten pro Person und Tag – fällig
- **Stornierungsbedingungen nbs (Seminarbeitrag)**
8 Wochen vor Anreise 50% der Kursgebühr.
4 Wochen vorher 80% der Kursgebühr.
Nach den 4 Wochen 100% der Kursgebühr.

Sollten noch Fragen offen sein, melde dich gerne bei Karl (mail@karl-semelka.de oder 0177/7271372) oder bei Andrea (andrea@shiva-yoga.info oder 0177/6000319).

Wir freuen uns auf eine schöne gemeinsame Zeit des Übens und des Austausches.

Karl Semelka und Andrea Moll