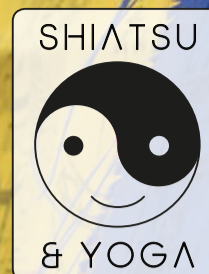


Yoga- Auszeit



**Yoga hilft uns,
uns zu erden,
wahrzunehmen
und anzunehmen!**

SOMMERWOCHE YOGA-AUSZEIT

EINE WOCHE NUR FÜR DICH

- Yoga, Qi Gong und Meditation
- Wandern
- Zur Ruhe kommen
- Neue Kraft tanken
- Gesunde Ernährung (vegan)

PROGRAMM

- Morgeneinheit:
Qi Gong mit Otmar
- Gemeinsame Wanderungen
- Täglich eine Yoga-Einheit
- Abend-Meditation zum Tages-Ausklang
- Tips zur Integration von Yoga ins tägliche Leben

TERMIN

SO 30.6.2024 – DO 4.7.2024

ORT

Seminarzentrum TAMAN GA, (Rüdiger Dahlke),
8462, Gamlitz, Südsteiermark, www.tamanga.at

KOSTEN

380 € für DZ (Klause) inkl. veganer Halbpension
(Preis gilt pro Person)

480 € für EZ (Klause) inkl. veganer Halbpension

295 € Seminargebühr



ANMELDUNG

Mag. Elisabeth Prückl

lis@prueckl.co.at

+43 664 3490244

www.yoga-shiatsu-lis.com