

Yoga Retreats 2018

mit Horst Buchebner und Andrea Hofer



TERMINE ZUR WAHL

8. - 13. Juli 2018
15. - 20. Juli 2018
2. - 7. September 2018



Horst Buchebner

geprüfter Yogalehrer I.Y.T.A. und YIV seit 2012, Vollmitglied 500+ YVO

Yogapraxis seit 2006. Ausbildungen bei Reinhard H. Scholze (YIV), Dr. Sushil Bhattacharya, Florian Palzinsky (Meditation) und Reinhard Palm (Philosophie).



Mag. Andrea Hofer

geprüfte Yogalehrerin I.Y.T.A. und YIV seit 2012, Vollmitglied 500+ YVO, Cranio Sakral CSIR seit 2003 und Shiatsu Praktikerin

Ausbildung bei Lila Gmasz und Reinhard H. Scholze (YIV), Weiterbildungen bei Thomas Bannenberg, Dr. Sushil Bhattacharya und Florian Palzinsky.

Es gelten die AGBs
AhimsaShala.

Unsere Yoga-Retreats in der Buckligen Welt richten sich an Yogapraktizierende jeder Altersstufe und Konstitution, die ihre Yogapraxis erweitern und die Wirkung des Yoga tiefer erfahren wollen. Wir praktizieren den Klassischen Yoga nach Patanjali, Hatha, Raja, Kriya und Tantra Yoga in sanfter und intensiver Form. Die tägliche Asana-, Pranayama- und Meditationspraxis (morgens und abends) im Yogaraum oder im Freien wird durch Theorieeinheiten und praktische Übungen ergänzt, die dazu dienen, sich selbst intensiver zu erfahren und mit dem täglichen Leben in Einklang zu bringen. Retreat - Rückzug - Einkehr zu sich selbst. Yoga bedeutet die Vereinigung von Körper, Geist und Seele. Es besteht die Möglichkeit durch ayurvedische Ernährung und/oder die Buchung von ayurvedischen Anwendungen noch zusätzlich Aspekte des Ayurveda kennenzulernen und die Wirkung auf sich selbst zu erforschen.

Wir empfehlen während des Retreats auf Alkohol und Nikotin zu verzichten, um die Wirkung des Yoga ganzheitlich und uneingeschränkt erfahren zu können.

RETREAT-KOSTEN

Unterricht: € 390/Person/Retreat
Anzahlung auf Unterricht: € 150

Unterkunft inkl. Vollpension:
DZ einzeln: € 81/Person/Nacht
DZ zu zweit: € 70/Person/Nacht

Das Zimmer ist bitte direkt beim Hotel zu buchen.

RETREAT-ORT

Ayurvedahotel Natursinne
Kampichl 60, A-2871 Zöbern
www.natur-sinne.at
E: info@natur-sinne.at T: +43 2642 8701

ANMELDUNG BEI HORST BUCHEBNER

E: horst@ahimsashala.at
T: +43 664 350 40 26