

Yogatage am Yogahof Kukmirn

Kleingruppe vom 12.7. - 15.7.2020



Unterrichtszeiten

Sonntag

11:00 - 12:30 Uhr

18:00 - 19:30 Uhr

Montag / Dienstag

8:00 - 9:15 Uhr

18:00 - 19:30 Uhr

Mittwoch

8:00 - 9:15 Uhr

10:30 - 12:00 Uhr



Horst Buchebner

Vorstand der Yoga Vereinigung Österreich (YVO). Geprüfter Yogalehrer I.Y.T.A. und YIV seit 2012, Vollmitglied 500+ YVO.

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

Diese Yogatage bieten Dir Raum und Zeit den ganzheitlichen Aspekt von Yoga zu erfahren. Da viele Menschen nicht eine Woche durchgehend üben wollen bzw. können, bietet sich hier die Möglichkeit für kurze Zeit in eine durchgehende Yogapraxis einzutauchen. Wir üben wie immer in einer Kleingruppe den Klassischen Yoga nach Patanjali (Hatha, Raja und Kriya Yoga) und die Techniken nach Yogacharya Janakiraman.

Zwischen der täglichen Morgen- und Abendsitzung ist Zeit für Gedankenaustausch, Erkundungstouren und „Seele-baumeln-Lassen“ am und rund um den Yogahof Kukmirn mit Schwimmbiotop und Sauna.

Es besteht auch die Möglichkeit bei Andrea eine Sitzung in Cranio Sacraler Impuls Regulation oder Shiatsu zu buchen (Preis: € 60,-).

Der Yogahof Kukmirn ist ein neu adaptierter historischer Arkadenhof aus der Jahrhundertwende. Er liegt auf einer Anhöhe mit Blick Richtung Burg Güssing und wurde von uns im Mai 2019 übernommen.

Unterkunft: 2 Doppelzimmer zur Doppelbelegung mit Einzelbetten und ein Einzelzimmer; die Hausgäste teilen sich 2 Bäder mit 2 WCs. Die Möglichkeit eines 3-Bett-Zimmers bei Bedarf besteht. Weitere Einzelzimmer können extern in der Umgebung gebucht werden. Teilnehmer mit Unterkunft im Yogahof werden bevorzugt.



Mag. Andrea Haas

Geprüfte Yogalehrerin I.Y.T.A. und YIV seit 2012, Vollmitglied 500+ YVO, Cranio Sacral CSIR und Shiatsu Praktikerin, passionierte Köchin.

Yoga-Ausbildungen bei Lila Gmasz und Reinhard H. Scholze (YIV), Thomas Bannenberg, Dr. Sushil Bhattacharya und Florian Palzinsky.

KOSTEN

UNTERRICHT UND ÜBERNACHTUNG MIT FRÜHSTÜCK

EINZELZIMMER: € 400,-

DOPELZIMMER / PERSON: € 355,-

EXTERNE TEILNEHMER

UNTERRICHT INKL. INFRASTRUKTUR € 235,-

ADRESSE

Yogahof Kukmirn

Zellenbergstrasse 15, 7543 Kukmirn

ANMELDUNG BEI HORST BUCHEBNER

E: horst@ahimsashala.at

T: +43 664 350 40 26

AGB, Unterrichtshinweise
und nähere Infos unter
www.ahimsashala.at