



*Immun sein
auf allen Ebenen*

YOGA-RETREAT AM WEISSENSEE

Immun sein

Auf allen Ebenen

„Immun sein“ heißt übersetzt „unschlagbar, unantastbar sein“.

Ziel dieser Woche ist es Rahmenbedingungen zu schaffen, worin wir dieses immun sein auf Körper-, Geist- und Seelenebene unterstützen, verbessern und bis zur maximalen, optimalen Möglichkeit stärken.

Dieses hochaktuelle Thema wollen wir in allen sich uns zeigenden Facetten wahrnehmen und wie einen roten Faden mitnehmen, durch die Woche und in den folgenden Alltag.

Dabei begleiten uns sehr effektive Werkzeuge, wie intensive Körper- und Energiearbeit, tägliche Yogaeinheiten, Meditationen, Breath Walk, Mantrenabend, sowie Wanderungen über Wiesen, durch Wälder, hinauf in die Berge immer umgeben von wohltuender frischer Luft und wundervollen Aussichten auf die speziellen "karibischen Farben" des Weissensees.

Heilsames Schweigen, offene Gespräche, leichte vegetarische Ernährung werden den Prozess begleiten. Auf Wunsch können Aufstellung, schamanische Elemente, Sat Nam Rasayan und Massagen das Seminar ergänzen.

Wir freuen uns auf unsere gemeinsame Zeit!

Elfi & Larissa Lehmann

Wann Montag, 28.09. – Sonntag, 04.10. 2020

Wo Haus CasaLi, Neusach 95

Preis 790 EUR/ Person
Sat Nam Rasayan und Massage gegen Aufpreis

Anmeldung erforderlich unter 0676 43 676 79