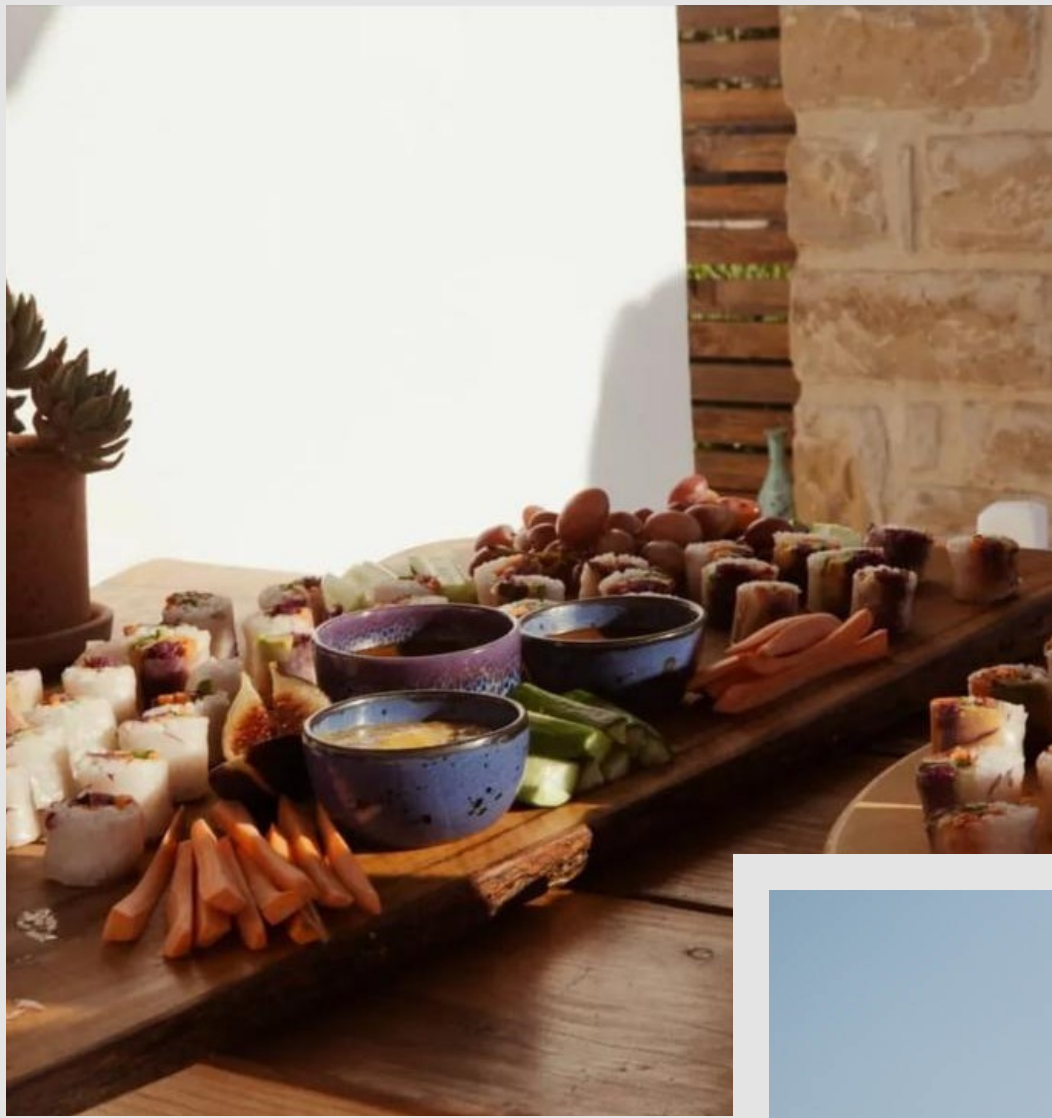


RECONNECT TO YOURSELF



YOGA RETREAT

13.10 - 19.10.2024

RECONNECT TO YOURSELF

7 Tage Rückzug,
in denen du in Kontakt mit dir kommst.
Du darfst SEIN, statt nur zu tun.
Der Retreat-Ort unterstützt uns dabei mit
seiner beruhigenden Energie.

- Yoga ist viel mehr als Sport.
Du spürst, dass jede Dehnung deines Körpers
eine Dehnung auf vielen Ebenen bedeutet.
- Die Kraft von Kakao erfahren.
Kakao wird als sanfter “Herzöffner”
beschrieben, als eine Heilpflanze,
bei der sich nur das zeigt,
was gerade wichtig ist.
- Die Kraft von Yoga Nidra erleben.
Yoga Nidra ist eine Technik des 8-gliedrigen
Yogapfads, die dir erlaubt in Kontakt mit
deinem Unterbewusstsein zu kommen.
- In Co-Creation wieder zu dir finden.
Im Miteinander liegt die Kraft, Wunder zu
bewirken, an die wir alleine nicht glauben.

Mehr Informationen findest du unter: