

BERG und NACHTIGALL

LUNA YOGA & STIMME

vom

20.07. - 22.07.2018

in Gufidaun/Südtirol

Wir atmen den Wiesenblumenduft und die Fülle des Sommers und sammeln die Kräfte des Körpers in der „Mittagszeit“ des Jahres.

Wir genießen spürsame und kräftigende Luna-Yoga-Übungen und lassen synchron mit Körperbewegungen unsere Stimme erklingen. Übungen aus dem Naad-Yoga (Yoga des Klangs) verfeinern unsere Sinnesempfindungen und weiten unsere Körperräume.

Im Schutz der Berge bringen uns klangvolle Lieder in der Gruppe in Schwingung und Stimmung.

Unterbringung: www.turmwirt-gufidaun.com

Anreise am Donnerstagabend, 19.07.18

Beginn des Workshops: Freitag, 20.07.18, 7.00 Uhr

Abreise am Sonntag, 22.07.18, Nachmittags 17 Uhr

Kursgebühr: 330.- €

(ohne Übernachtung/Verpflegung)

Angelika Vizedum

Johann-Sedlmeir-Str. 9, 86919 Utting
Tel. 08806 956 366, Handy 0173 3789 424
angelikavizedum@manymoons.de
weitere Infos auf Anfrage per Mail