

BERG und NACHTIGALL

LUNA YOGA & STIMME

vom

05.07. - 07.07.2019

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.garnipramstrahler.it

Anreise am Donnerstagabend, 04.07.2019

Beginn des Workshops:

Freitag, 05.07.2019, 7.00 Uhr

Abreise am Sonntag, 07.07.2019,

Nachmittags 17.00 Uhr

Kursgebühr: 330.- €

(ohne Übernachtung/Verpflegung)

Angelika Vizedum

Johann-Sedlmeir-Str. 9 – 86919 Utting

Tel. 08806 956 366 – 0173 3789 424

angelikavizedum@manymoons.de

weitere Infos auf Anfrage per Mail

www.manymoons.de

www.manymoons.de/AngelikaVizedum-YOGA.html