



YOGA FERIEN & RETREAT Programm für 2010

IM APRIL

Vom 01-05.04.2010

Kalifornische Massage Workshop & Yoga

In diesem Workshop über Ostern kannst Du eine Basisausbildung über die Kalifornische Massage erwerben. Verbunden mit der Yogapraxis ist es eine tolle Möglichkeit etwas wunderbares zu erlernen und dich selber besser kennenzulernen.

Diesen workshop organisiere ich in Zusammenarbeit mit Sujati. Sie hat über 15 Jahre Erfahrung mit Massagen, Körperarbeit und Familienaustellungen.

Die Gruppe wird auf der schönen Finca Son Duri, in der Nähe von Manacor, wohnen.

- Preis pro Person, mit Unterkunft, vegetarischem Essen, Massage Workshop und Yogaprogramm ab: 575,-€

Mehr Informationen kannst du aus dem PDF "April 2010" entnehmen

IM MAI

Vom 22.-29.05.2010

Yoga- & Wanderwoche

Eine erholsame Yoga woche mit Meditationpraxis, tollen Ausflügen an Strände und Wanderungen.

Gelebt wird auf der Finca Son Camí, in der Nähe von Algaida, einer 300 Jahre altes Bauernhaus, welches zu einer kleinen Ashram-Yoga Oase verzaubert wurde.

Diese Yogawoche gebe ich zusammen mit Arul (Yogalehrer, Reiki Master, sowie ausgebildet in Osteopathie, Thai Massagen, Acro yoga u.v.m.)

- Preis, pro Person, mit Unterbringung im Mehrbettzimmer, vegetarischer Vollpension, Yoga unterricht und 2 Ausflügen: 486,-€
- Preis, pro Person für Yoga unterricht und 2 Ausflügen: 320,-€

*Falls du eine andere Unterkunft wählst, ist es trotzdem möglich am Programm teilzunehmen.
Mehr Informationen kannst du aus dem PDF "Mai 2010" entnehmen*



IM JULI

Vom 24. -31.07.2010

Ayurvedische Massage Workshop & Yoga

Lerne verschiedene Ayurvedische Massagenformen kennen und auch diese zu geben. Im Einklang mit der Yogapraxis ist es eine ausgewogene Woche um sich körperlich und geistig zu harmonisieren und neues dazuzulernen.

Diese Woche gestalte ich gemeinsam mit Prashanti Christine Seeger, (Diplom. Psychologin, Therapeutin in Ayurveda Medizin u.v.m.) sie hat eine langjährige Erfahrung durch Ihre Arbeit in Ayurveda resorts in Indien, Sri Lanka und Deutschland. Ort: Son Camí (in der Nähe von Algaida), der kleinen "Ashram-Yoga Oase".

- Preis, pro Person, mit Unterbringung im Mehrbettzimmer, vegetarischer Vollpension, Ayurv. Anwendungen, Yoga Unterricht und Ausflügen: 576,-€
- Preis, pro Person mit Ayurv. Anwendungen, Hatha Yoga Unterricht und Ausflügen: 344,-€

Falls du eine andere Unterkunft wählst, ist es trotzdem möglich am Programm teilzunehmen. Mehr Informationen kannst du aus dem PDF "Juli 2010" entnehmen

IM SEPTEMBER

Vom 04 – 11.09.2010

Yogaferien & Ayurvedisch kochen

Im September findet eine abwechslungsreiche Yoga-ferien-woche statt. Yoga, ein Ayurveda- Kochworkshop und Ausflüge in das Tramuntana Gebirge und nach Palma sind geplant.

Diese Woche gestalte ich in Kooperation mit Sonja Schuster (Yogalehrerin, Ayurveda-Ernährungsberaterin und Köchin).

Ort: Son Camí (in der Nähe von Algaida), der kleinen "Ashram-Yoga Oase".

Preis, pro Person, mit Unterbringung im Mehrbettzimmer, vegetarischer Vollpension, Ayurveda Workshop, Hatha Yoga Unterricht, 2 Yogaworkshops und 2 Ausflügen:490,-€

- Preis, pro Person mit Ayurveda Workshop, Hatha Yoga Unterricht, 2 Yogaworkshops und 2 Ausflügen: 280,-€
-

Falls du eine andere Unterkunft wählst, ist es trotzdem möglich am Programm teilzunehmen. Mehr Informationen kannst du aus dem PDF "September 2010" entnehmen

In Planung sind weitere "Yoga & More"- Wochen und auch Wochenenden; z.B. eine Chakra dance Woche sowie weitere Yoga-Intensiv Wochen.