



YOGA-WEITERBILDUNG

Die heilsame Kraft des Schweigens – 2019

Schweigen ist ein Weg, seinem inneren Selbst näher zu kommen. In der Zeit des gemeinsamen Übens vertiefen wir die Verbindung zu unserem inneren Wesenskern und vertrauen uns der heilsamen Kraft des Schweigens an.

Mit meditativer Körper- und Entspannungspraxis sowie Meditation in der Gruppe, richten wir uns dabei auf innere Qualitäten wie Wohlwollen, Freundlichkeit oder Gelassenheit aus.

Der Retreat bietet auch Gelegenheit und Raum, unsere gegenseitige Verbundenheit im Verband „Yoga Austria“ zu stärken. Gleichzeitig ist er offen für alle Interessierten von nah und fern, die Meditation in der Gruppe und stille Wanderungen in der schönen Landschaft rund um den Irrsee praktizieren möchten.

Voraussetzung: Erfahrung in Meditation und eigener Übungspraxis

Referentinnen:

Nora Gresch

Yogalehrerin BYO/EYU, Weiterbildungen in Yoga-Meditation bei nationalen und internationalen Lehrer_innen, Flow-Yoga und Body Awareness.

Monika Struber

Yogalehrerin BYO/EYU, Weiterbildung für Yoga-Meditation am Yoga-Zentrum Innsbruck, Meditation im Christentum und Buddhismus (Karl Baier und Ursula Lyon)

Shakti Siedler

Yogalehrerin BYO/EYU, laufende Weiterbildung für Yoga-Meditation, Referentin in Yogalehrausbildungen, Schwerpunkt „Yoga in veränderten Lebenssituationen“, Ausbildung zur ehrenamtlichen Hospiz-Begleitung

Zeit: 12.07. - 15.07.2019

Freitag, 12.07. (18.00 Uhr) – Montag, 15.07. (ca. 13.00 Uhr) (= 20 UE à 45 Min.)

Ort: sunspirit.yogaschule.salzkammergut, Kirchenplatz 1/DG, 4893 Zell am Moos (Nähe Salzburg)

Kosten: € 150,- ohne Verpflegung und Übernachtung. Vollverpflegung ist in der Yogaschule möglich (pauschal € 20,00 pro Tag und Person). Möglichkeiten zur Übernachtung finden Sie auf www.sunspirit.at/workshops-2/unterkunfte/. Es wird empfohlen, sich um die Übernachtung rechtzeitig zu kümmern.
Tipp: Yoga Austria - BYO ist „wien-cert“ und anerkannter waff-Bildungsträger!

Mehr Infos und Anmeldung:

Yoga Austria-BYO Yoga | office@yoga.at
Telefon: 01/505 36 95

www.yoga.at