Kraft tanken

Yoga Intensiv-Woche auf Mallorca

mit Angelika Seliger

Tramuntana Flow

1. bis 8. Juni 2024

Schenke Dir eine Zeit des Innehaltens vom Alltag, finde Deine innere Ruhe, Kraft und Zentrierung. Durch das intensive Eintauchen in das Yoga in einer wundervollen Landschaft kannst Du Energie tanken und gestärkt, entspannt und mit Leichtigkeit wieder Deinen Alltag leben.

Morgens beginnen wir mit aktivierenden Yogaübungen, die aus fließenden Bewegungsabläufen und gehaltenen Yogastellungen bestehen. Abends beschließen wir den Tag mit einer Yogaeinheit, die uns über die Bewegung und regeneratives Yin Yoga zur Ruhe kommen lässt. Die Ausgewogenheit von Bewegung, Atemübungen und Entspannung öffnet Dir den Weg zu Deiner inneren Kraftquelle. Dein Geist kommt zur Ruhe, Dein Körper erfährt eine tief wirkende Entspannung und Du kommst immer mehr bei Dir selbst an.

Wir werden in dem wunderschönen Anwesen Tramuntana Flow in Sa Cabaneta zu Gast sein. Eine Köchin wird uns den ganzen Tag über mit vorwiegend biologischen, vegetarischen Köstlichkeiten verwöhnen. Wohltuende Massagen kannst Du vor Ort dazu buchen. Und zwischen unseren Yogaeinheiten bleibt genügend Zeit die Insel zu erkunden, an eine der nahegelegenen wunderschönen Buchten zu fahren, Golf zu spielen, zu wandern oder die Stille unseres Hauses zu genießen.
(www.tramuntana-flow.com)

Seminarbetrag pro Person*

Doppelzimmer	**1.165,- €**

***Leistungen und Preise:**
Täglich ca. 3 Stunden Yoga
7 Übernachtungen in einem sehr geräumigen Doppelzimmer
köstliche, vorwiegend biologische, vegetarische Vollverpflegung
inklusive aller Getränke

Die Anreise ist im Seminarbetrag nicht enthalten.

Bitte melde Dich unter info@yogami.de an und überweise den Seminarbetrag auf folgendes Konto:

Yogami
Rainer Ilg

Kreissparkasse Tübingen
IBAN: DE37 6415 0020 0002 981354
BIC: SOLADES1TUB

Sobald Dein Seminarbetrag eingegangen ist, ist Dein Platz fest gebucht.

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.

Solltest Du noch Fragen haben, kannst Du Dich natürlich auch gerne telefonisch mit mir in Verbindung setzen.

Ich freue mich sehr auf unser Yoga auf Mallorca
Angelika Seliger

Yogami

Angelika Seliger

info@yogami.de
Mobil 0170 3414460
www.yogami.de

Schwabstr. 16 | 72119 Ammerbuch