



EUROPA: ÖSTERREICH

YOGA UND SCHREIBEN IM NATIONALPARK KALKALPEN

- > Die Kombination aus Yoga, Meditation und Schreiben führt Sie auf wunderbare Weise zu innerer Ruhe, lässt Sie die eigene Tiefe erleben. In vertrauensvoller Atmosphäre und kraftvoller Umgebung kommen Sie ganz bei sich an und tanken neue Kraft.

Wir stimmen uns mit kurzen Meditationen oder sanften Yoga-Übungen aufs Schreiben ein, um ganz bei uns selbst anzukommen, und lassen dann unsere innere Stimme sprechen. Wir schreiben meditativ, assoziativ und jede/r ganz für sich selbst, finden Worte für das, was uns wesentlich ist und am Herzen liegt.



REISEDETAILS

1. - 4. Reisetag: Zum Inhalt

Wir stimmen uns mit kurzen Meditationen oder sanften Yoga-Übungen aufs Schreiben ein, um ganz bei uns selbst anzukommen, und lassen dann unsere innere Stimme sprechen. Wir schreiben meditativ, assoziativ und jede/r ganz für sich selbst, finden Worte für das, was uns wesentlich ist und am Herzen liegt.

Sie erhalten unterschiedliche Impulse und Anregungen, die Ihren Schreibfluss aktivieren. Ihr Stift wird wie von alleine übers Papier huschen, Ihre innere Weisheit ins Fließen kommen. Im Schreiben spüren Sie versteckten Wünschen/Bedürfnissen nach, gewinnen Klarheit, entdecken Ressourcen und entwickeln Visionen für die Zukunft. Die Gruppe ist dabei Unterstützung und Rückhalt, achtsam begleitet von der Seminarleiterin.

Zwischendurch werden wir unsere Körper wieder mit Yoga-Einheiten auflockern/dehnen und das Hören ins Innere auch körperlich unterstützen. Ein gemeinsamer Austausch über das Erlebte/Geschriebene und auf Wunsch das Lesen von Text-Miniaturen runden unsere Tage ab.

Für dieses Programm sind weder Yoga-Vorkenntnisse noch sprachliche Begabungen nötig. Alle Interessierten sind herzlich willkommen!

Programmmumfang: täglich 2 Einheiten zu je zwei Stunden, am An- und Abreisetag jeweils eine Einheit.

Programmzeiten:

Anreisetag: Beginn 16.00 h

Abreisetag: Ende ca. 13.00 h

Programmleitung

Alexandra Peischer

Ihr Urlaubsort - Lamplhof am Wörthersee in Kärnten

Das Hotel Lamplhof am Wörthersee bietet den idealen Rahmen für Menschen, welche die Reduktion auf das Wesentliche schätzen: einfach mal durchatmen, unerreichbar sein und die Seele baumeln lassen.

Die ruhige Südhanglage mit einem unübertroffenen Blick über den See, sowie der großzügige, private Badestrand mit Liegewiese und hauseigenem Schiffsanlegeplatz schaffen ein beruhigendes und gleichzeitig erfrischendes Ambiente. Auf unserer Sonnenterrasse kann man im Sommer in Vintage-Liegestühlen herrlich chillen, die Beine hochlegen, lesen, plaudern und ein Gläschen Bio-Wein oder köstlichen Fair-Trade Kaffee genießen. Bewegungsfreunde kommen im lichtdurchfluteten Yoga- & Relax-Raum und auf seiner angrenzenden Terrasse inmitten eines herrlichen Naturschaupiels mit großartigem Seeblick auf Ihre Kosten. In der kalten Jahreszeit sorgt unser gemütliches Wohnzimmer mit Bibliothek für erholsame Momente. Unser heller Seminarraum mit Seeblick bietet ausreichend Platz für Ihre Kollegen und Freunde, die im Rahmen eines Workshops, eines Seminars oder eines Off-Sight-Meetings ein kreatives Umfeld suchen.

Das in den 60er Jahren erbaute Hotel wurde 2014 mit viel Gespür fürs Detail renoviert. Besonderer Wert wurde darauf gelegt, den authentischen 60ties-Style des Hauses zu erhalten und konsequent weiterzuführen. Mit Hilfe eines ausgefeilten Feng-Shui-Konzeptes hat man es geschafft, die Kraft dieses besonderen Ortes, zum Fließen zu bringen, damit alle Gäste davon profitieren können.

Ausstattung

27 individuell eingerichtete Zimmer - wahlweise mit Seeblick oder Blick auf unseren Obstgarten und den angrenzenden Golfplatz. Jedes Zimmer wurde mit viel Liebe gestaltet: harmonische Farben nach Edelstein-Themen machen die gemütlichen Räume zu echten Wohlfühloasen geölte Vollholzbetten, mit allergenfreien Matratzen und Bettdecken Wir bieten ein Elektrosmog reduziertes Ambiente für einen gesunden Schlaf, weshalb unsere Gäste dankbar auf Telefone, Minibars und WLAN auf den Zimmern verzichten.

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
20.07.2016	24.07.2016	X	495 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > Inkludierte Leistungen:
- > - 4 Nächte Villa Sonnwend
- > - Halbpension
- > - Programm "Yoga und Schreiben"

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 4

Maximalanzahl von Personen: 6

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 10%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 14 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 30 vor Reisebeginn möglich.
- > Bei Flugdestinationen wird entsprechend bei Buchung informiert, ob der Flug bereits gebucht werden kann oder nicht.

WEITERE INFOS

Programmhinweise

- > - zur Ruhe kommen
- > - Yoga in herrlicher Natur
- > - Seele baumeln lassen
- > - gesundes Essen

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.