



EUROPA: DEUTSCHLAND

YOGAWEEKEND FÜR DEN ASHTANGA YOGA EINSTIEG

- > Ashtanga Yoga – der Yoga-Stil für Menschen, die sich gerne (schweißtreibend) bewegen, aber auch mental entspannen wollen.

Ein tolles Wochenende, um das dynamische Ashtanga Yoga kennenzulernen. Möchten Sie Neues probieren, oder üben Sie regelmäßig Yoga, möchten aber tiefer ins Yoga eintauchen?



REISEDETAILS

1. - 4. Reisetag: Zum Inhalt

Ashtanga Yoga - der Yoga-Stil für Menschen, die sich gerne (schweißtreibend) bewegen, aber auch mental entspannen wollen.

Ein tolles Wochenende, um das dynamische Ashtanga Yoga kennenzulernen. Möchten Sie Neues probieren, oder üben Sie regelmäßig Yoga, möchten aber tiefer ins Yoga eintauchen? Dann können Sie hier die Basis für eine vollständige eigene Yogapraxis erlernen. In gemeinsamen geführten Stunden von 90-120 Min. jeden Morgen wird die exakte Ausführung der Asanas in Verbindung mit dem geführten Atem erlernt, um ein solides Fundament für die zukünftige Yogapraxis zu schaffen.

Ashtanga Yoga ist bestens geeignet, um den eigenen Yogaweg zu verfolgen. Dieser traditionelle, dynamische Vinyasa Yogastil ist darauf ausgelegt, eine Selfpractice zu entwickeln und eigenverantwortlich ein Leben lang Yoga zu üben, sowie den Körper und Geist zu schulen. Möchten Sie einsteigen ins Ashtanga Yoga, so bekommen Sie die Gelegenheit, jeden Tag einen neuen Baustein der festgelegten Abfolge kennenzulernen, um so Ihre Übungsbasis für die nächsten Jahre zu schaffen.

Programmleitung

Franz Albrecht König

5. Reisetag: Ihr Urlaubsort - Deutschland/Wald-Michelbach - Kloster Buddhas Weg

Das Seminarhaus Kloster Buddhas Weg liegt rund 20 Minuten von der Zwei-Burgen-Stadt Weinheim entfernt, von wo aus eine regelmäßige Anbindung über den ÖPNV per Bus (Linie 681, ab Weinheim Bergstraße, Bahnhof) eine leichte Anfahrt für die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln bietet.

Mannheim liegt nur knapp 40 Minuten mit dem Auto entfernt, sowie die Universitätsstadt Heidelberg, sodass auch schöne Ausflugsziele ohne großen Zeitaufwand erreichbar sind.

Nicht ab vom Schuss, aber weg vom Stress

Die Lage unseres Zentrums ist ideal, um sich voll auf das Programm zu konzentrieren. Inmitten vom Unesco-Kulturerbe Bergstraße-Odenwald gelegen, finden Sie einen kraftspendenden Ort der Ruhe und Entspannung vor.

Gästehaus in Buddhas Weg

Das Gästehaus von Buddhas Weg hat eine Kapazität von derzeit 80 Zimmern, die dazu einladen, einmal völlig abseits vom täglichen Stress zu verschlafen und wieder bei sich anzukommen.

Nutzen Sie die schier endlosen Wanderwege, die Sie direkt vom Haus aus antreten können. Machen Sie ein Sonnenbad im Zen-Garten oder der Sonnenterrasse von dem wunderschönen Teehaus und lassen die Blicke über den malerischen Überwald schweifen bei einer Tasse chinesischem Tee oder Kaffee.

Die Zimmer für Gäste liegen im Seminarhaus und sind alle barrierefrei per Aufzug erreichbar.

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
18.05.2016	22.05.2016	X	590 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > Inkludierte Leistungen:
- > - 4 Nächte Buddhas Weg
- > - Halbpension
- > - Teepause während des Programms
- > - Programm "Ashtanga Yoga Weekend"

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 6

Maximalanzahl von Personen: 15

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.

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