Kontemplatives Wochenende mit Yogaübungen

Ein ruhiges Wochenende mit Raum und Zeit für mich und meinen Körper, Natur und Stille, Meditation und Klang.

Yoga bedeutet „Einheit, Harmonie“ und bringt als ganzheitlicher Ansatz Körper, Geist und Seele des Menschen in Einklang.

An diesem Wochenende wollen wir Yogastellungen (Asanas), Atemübungen (Pranayama) und Meditation/Tiefenentspannung verbinden mit der besonderen, spirituellen Atmosphäre des Klosters Neustadt und des Pfälzer Waldes.

Herzliche Einladung, sowohl für Anfänger als auch für jene die bereits Yoga praktizieren.

Veranstaltungsablauf:

Beginn:
Freitag, 10. November 2023
18.00 Uhr mit dem Abendessen

Ende:
Sonntag, 12. November 2023
13.00 Uhr nach dem Mittagessen

Ort:
Kloster Neustadt
Waldstr. 145
67434 Neustadt

Leitung:
Markus Woettki, Yogalehrer (BYV)
P. Olav Hamelijnck SCJ

Kosten:
Kursgebühr/VP/**EZ/DZ/Villa** 198 € / 184 € / 178 €

Anmeldefrist:
02. November 2023

Kontemplatives Wochenende mit Yogaübungen

Termin:
Freitag, 10. November 2023 –
Sonntag, 12. November 2023

Leitung:
Markus Woettki, Yogalehrer (BYV)
P. Olav Hamelijnck SCJ