

BERG und NACHTIGALL LUNA YOGA & STIMME

19.06. - 21.06.2020
in Gufidaun/Südtirol

Wir atmen den Wiesenblumenduft
und die Fülle des Sommers und sammeln die
Kräfte des Körpers in der „Mittagszeit“ des Jahres.
Wir genießen spürsamen und kräftigenden Luna-Yoga-Übungen
und lassen synchron mit Körperbewegungen unsere Stimme erklingen.
Übungen aus dem Naad-Yoga (Yoga des Klangs) verfeinern
unsere Sinnesempfindungen und weiten unsere Körper Räume.
Im Schutz der Berge bringen uns klangvolle Lieder
in der Gruppe in Schwingung und Stimmung.

Unterbringung: www.garnipramstrahler.it

Anreise am Donnerstagabend, 18.06.2020

Beginn des Workshops: Freitag, 19.06.2020, 7.00 Uhr
Abreise am Sonntag, 21.06.2020, Nachmittags 17.00 Uhr

Kursgebühr: 330.- €
(ohne Übernachtung/Verpflegung)

Angelika Vizedum

Johann-Sedlmeir-Str. 9 – 86919 Utting – Tel 08806 956 366 – 0173 3789 424
weitere Infos auf Anfrage per Mail: angelikavizedum@manymoons.de
www.manymoons.de – www.manymoons.de/YOGA-AngelikaVizedum.html