

Yoga im Sommer

mit Elena Alger

28.8 - 2.9.2023

5 Tage Yoga, Raum für Stille & deinen Klang.
Sommerzeit am wunderschönen Alpsee.
Durchatmen. Zeit für Dich.

Durch fließende Vinyasa Yoga Praxis, Erkundung des Atemraums und Meditation schaffen wir Raum im Innen für mehr Platz zum Sein. Heilender Klang & Mantrén führen in die Stille. Dieses Retreat bietet Dir eine Auszeit und lädt dich ein „zu-lassen“, loszulassen, einfach sein. Nach innen zu tauchen - verbinden, den großen und den kleinen Rhythmen lauschen..

- :
- * Tägliche Yogapraxis, Meditation & Pranayama
 - * Klangräume und Mantrasingen
 - * Frischluftzeit - Bewegung und Stillsein
In der Allgäuer Natur

- * Halbpension Plus: Morgens: Bio-Frühstück
Mittags: Suppe
Abends: leichte basische Küche

Early-Bird (bis 21.Juni): EZ: 750 - 935 € DZ: 680 - 840 €
Ab 21.Juni: EZ: 775 - 960 € DZ: 700 - 875 €
(Haupt-, Stamm-, oder Vitalhaus)

Für weitere Fragen bitte Email an:
info@elenaalger.com

WWW.ELENAALGERYOGA.DE

