



YOGA-WEITERBILDUNG

Die heilsame Kraft des Schweigens

Schweigen ist ein Weg, seinem inneren Selbst näher zu kommen. In der Zeit des gemeinsamen Übens können wir die Verbindung zu unserem inneren Wesenskern vertiefen und uns der heilsamen Kraft des Schweigens anvertrauen.

Mit meditativer Körper- und Entspannungspraxis sowie Meditation in der Gruppe, richten wir uns dabei auf innere Qualitäten

wie Wohlwollen, Freundlichkeit oder heitere Gelassenheit aus.

Die schöne Landschaft rund um den Irrsee bietet außerdem zahlreiche Möglichkeiten, um in Stille zu gehen oder um ausgewählte Objekte zu betrachten.

Voraussetzung: Erfahrung in Meditation und eigener Übungspraxis

Referentinnen:

Alexandra Eichenauer-Knoll

Yogalehrerin BYO/EYU, Weiterbildung für Yoga-Meditation am Yoga-Zentrum Innsbruck, Absolventin des Studiengangs „Spirituelle Begleitung in der globalisierten Gesellschaft“ der Donau-Universität Krems

Monika Struber

Yogalehrerin BYO/EYU Weiterbildung für Yoga-Meditation am Yoga-Zentrum Innsbruck, Meditation im Christentum und Buddhismus (Karl Baier und Ursula Lyon)

Shakti Siedler

Yogalehrerin BYO/EYU, Weiterbildung für Yoga-Meditation am Yoga-Zentrum Innsbruck, Ausbildung zur ehrenamtlichen Hospiz-Begleitung, als Referentin in Yogalehrer-ausbildungen tätig, Schwerpunkt „Yoga in herausfordernden Lebenslagen“

Zeit: 14.07. - 17.07.2017

Freitag, 14.07. (18.00 Uhr) – Montag, 17.07. (ca. 13.00 Uhr) (= 20 UE à 45 Min.)

Ort: sunspirit.yogaschule.salzkammergut, Kirchenplatz 1/DG, 4893 Zell am Moos (Nähe Salzburg)

Kosten: € 150,- ohne Verpflegung und Übernachtung. Vollverpflegung ist in der Yogaschule möglich (pauschal € 15,00 pro Tag und Person). Möglichkeiten zur Übernachtung finden Sie auf www.sunspirit.at/workshops-2/unterkunfte/. Es wird empfohlen, sich um die Übernachtung rechtzeitig zu kümmern.
Tipp: Yoga Austria - BYO ist „wien-cert“ und anerkannter waff-Bildungsträger!

Mehr Infos und Anmeldung:

Yoga Austria-BYO Yoga | office@yoga.at
Telefon: 01/505 36 95

www.yoga.at