

Yoga, Sonne, Salz und Meer



Yoga-Retreat und Urlaub

*Lass den Alltag hinter dir -
atme tief ein, den
summenden Duft der Natur,
schmecke das Salz im
glitzernd blauen Meer, spüre
im Yoga deinen Körper sich
dehnen, sich kräftigen, zur
Ruhe kommen, im eigenen
Atemrhythmus und finde
dabei deine Seele wieder.*

Yoga mit Blick aufs Meer – dafür bietet
das Haus eine herrlich große
Dachterrasse mit Rundumblick.

Essen und meditieren im Schatten der
alten Olivenbäume.

Eine gute Mischung aus dynamisch-
kraftvollen Vinyasa-Flows sowie sanft-
dehnendem Yin Yoga. Der bewusste
Atem ist unsere tragende Säule.

Auch für Anfänger geeignet.

Jede Menge Zeit, sich treiben zu
lassen und dann wieder mit der Gruppe
zusammen zu kommen.

7 Minuten bis zum Strand

Am Abend wechselndes Programm,
passend zum Thema mit bewegten
Meditationen, Stille, Mantrasingen,
Tiefenentspannung, Tanz.

Erlebe deine einzigartige Vitalität!

Ort: Agrilia-Studios, Agios Georgios Pagi

Zeit: 30.Mai - 06.Juni 2020

Gesamtkosten: ab 670 € inkl. Unterkunft, Frühstück, Kursgebühr
Frühbucherbonus bis 30.11.2019: jeweils 40 €

Kursleitung, Anmeldung & Infos:

Sabine Karsten

yoga@sabinekarsten.de, 0221- 45 016 45

www.sabinekarsten.de

