



Alles ist in dir

Luna Yoga Genuss-Seminar

11. - 13. November 2022 · Seminarhaus ZentrumRanft, Sachseln OW

Mit einem bunten Potpurri an genussvollen Luna Yoga Übungen wecken wir in uns die Erinnerung an unser wahres Sein. An diesem Wochenende tauchen wir ein in unser Sein, so dass wir unsere Wahrheit und unsere innere Weisheit (wieder)erkennen können. Im Bewusstsein von Energie und dem Anerkennen unseres wahren Seins entdecken wir die Schönheit und Fülle in uns.

ESSENZ erkennen · ENERGIEN spüren · ANERKENNEN · Das EIGENE WUNDER entdecken

PROGRAMM

Freitag

Ankommen bei Kaffee/Tee und Kuchen, Zimmerbezug
Luna Yoga · Alles ist in dir
Abend-Meditation, Mantras singen

ab 13.30 Uhr
15 – 18 Uhr
20 – 21 Uhr

Samstag

Luna Yoga · Meditation & Herzkraft
Luna Yoga · Alles ist in dir
Ritual

7.30 – 9.30 Uhr
15 - 18 Uhr
20 - 21 Uhr

Sonntag

Luna Yoga · Alles ist in dir, Abschied
Abreise

7.30 – 9.30 Uhr
individuell

ESSEN · vegetarische, biologische Küche

Abendessen Fr/Sa
Frühstück, Brunch Sa/So
Zwischenverpflegung

18.15 Uhr
9.30 Uhr
14 Uhr

KOSTEN

12 h Unterricht (Yoga, Meditation, Mantras, Ritual)
2 Übernachtungen im Einzelzimmer Bergblick/Seeblick mit veg. VP
2 Übernachtungen im Doppelzimmer Bergblick/Seeblick mit veg. VP

CHF 300
CHF 265/325
CHF 245/285

KURSLEITUNG und ANMELDUNG

Esther Habermacher, Luna Yoga Lehrerin und Trainerin EYU, Bewegungs- und Tanzpädagogin BGB
esther@eluna.ch · 078 808 27 66

