

# Träume und Visionen

## Luna Yoga Genuss-Seminar · Ideenhaus Seelisberg 19. - 21. Januar 2024

Ich lade dich ein zu einem Wochenende voller Genuss für alle Sinne an den Kraftort Seelisberg. Gönn dir zu Beginn des neuen Jahres eine Auszeit, um in diesem einzigartigen Haus deinem Sein Raum zu geben, deinen Körper, die Natur und ein kulinarisches Verwöhnprogramm zu geniessen. Eingebettet in der Stille und Kraft dieses Ortes und im tragenden Frauenkreis schenken wir uns Raum und Zeit zum Träumen, Visionieren und das Leben feiern. Wir richten unser Sein auf ein gesundes, glückliches und erfüllendes neues Jahr aus.

### PROGRAMM

#### Freitag

Ankommen bei Kaffee/Tee und Kuchen, Zimmerbezug	ab 13.30 Uhr
Luna Yoga · Neubeginn	15 – 18 Uhr
Ayurvedisches Abendessen	18.30 Uhr
Abend-Programm: Visionen und Träume	20 – 21 Uhr

#### Samstag

Luna Yoga · Stille, Meditation & Neubeginn	7.30 – 9.30 Uhr
Brunch	9.30 Uhr
Freie Zeit zum Sein	
Luna Yoga · Kraftvoll ins neue Jahr	15 - 18 Uhr
Indischer Abend mit kulinarischem Verwöhnprogramm	ab 18.30 Uhr

#### Sonntag

Luna Yoga · Aufbruch... ins neue Jahr	7.30 – 9.30 Uhr
Brunch	9.30 Uhr
Abreise	individuell

### KOSTEN

11 h Unterricht	CHF 250
2 Übernachtungen mit ausgiebigem Brunch, Zwischenverpflegung, Abendessen am Samstag und indischem Buffet am Sonntag in Einzel- oder Doppelzimmern	ca. CHF 350

>> der Preis ist abhängig von der Anzahl Teilnehmer und dem definitiven Menu.  
>> wird so bald wie möglich kommuniziert.

### KURSLEITUNG und ANMELDUNG

Esther Habermacher, Luna Yoga Lehrerin und Trainerin EYU, Bewegungspädagogin BGB, Heilmedium  
kontakt@luna-yoga-schweiz.ch · 078 808 27 66

