

# 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 aus dem Ursprungsland des Yoga.

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
Zeit am Feuer: Visionen und Träume	Abend

#### Samstag

Luna Yoga · Stille, Meditation & Neubeginn	8 - 10 Uhr
Brunch	10 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	8 - 10 Uhr
Brunch	10 Uhr
Abreise	individuell bis 13 Uhr

### KOSTEN

Luna Yoga Unterricht 10 h	CHF 250
2 Übernachtungen mit Vollpension: Brunch, kleine Zwischenverpflegung, 2 x indisches Abendessen, vor Ort von einer Inderin für uns gekocht.	
Einzel- oder Doppelzimmern (2 EZ, 4 DZ)	CHF 360 - 390

>> der Preis ist abhängig von der Anzahl Teilnehmer und dem definitiven Menu.

>> wird nach Anmeldeschluss, Ende Jahr, kommuniziert

### KURSLEITUNG und ANMELDUNG

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

