



Klostertage am Längsee in Kärnten

5 Tage intensive Yogapraxis

Seminarleitung Yogalehrerin Erica Zehentner

Besondere Orte fördern besondere Erlebnisse.
Ein solcher Ort ist das Benediktiner Kloster am Längsee in Kärnten.

Was erwartest Dich bei den von mir begleiteten Klostertagen?

Relaxen, Natur genießen, sich im Yoga vertiefen und den Geist durch Meditation zur Ruhe bringen. Der 5-tägige Aufenthalt im wunderschönen Stift St. Georgen bringt Abstand vom Alltag. Abstand um in sich zu gehen, Abstand um zu erfahren und zu erkennen. Gleichzeitig lädt das Stift-Hotel zum Wohlfühlen ein und die alten Klostermauern vermitteln ein Gefühl der Beständigkeit.

All dies ergibt eine ganz besondere Atmosphäre, die viele Stammyogis der Klostertage immer wieder gerne genießen. Vielleicht gönnst auch Du Dir bald das Erlebnis Klostertage.

Programm-Überblick

- Jeden Tag ca. 4 Stunden Yoga
- Am frühen Morgen Meditation
- Am Abend Mantra singen, tanzen, meditieren
- Schweigezeiten
- Ca. 4 Stunden pro Tag zur freien Verfügung
- Frühstück und Abendessen nehmen wir gemeinsam ein
- Vormittags meditatives gehen, Spaziergang in der wunderschönen Umgebung
- Ausflugsmöglichkeiten in der Umgebung können ebenfalls genutzt werden.
- Du kannst auch die Stiftsauna genießen oder dich für eine Massage anmelden

Termine:

1.Termin am 16.2. - 20.2.2011

2.Termin am 13.4. - 17.4.2011

Beginn bei beiden Terminen Mittwoch 16.00 Uhr und Ende: Sonntag 12.00 Uhr

Kosten:

€ 180,- + Übernachtung

Übernachtung: im Stift Hotel DZ/FÜ € 43,- / EZ/FÜ €50,-

Bitte reserviere dein Zimmer selbst.

Anfrage Klostertage:

Erica Zehentner

Telefon: +43-654253794

Mail: yoga.zehentner@aon.at

DELPHIakademie

Irmgard Underrain

Telefon: +43-676 4125024

Mail: office@underrain.at

www.delphi-akademie.at

Zimmerreservierung:

Stift St. Georgen am Längsee

Bildungshaus-Hotel-Projektwerkstatt

Schlossallee 6

A-9313 St. Georgen/Längsee

Telefon: +43- 4213 /2046

Mail: office@stift-stgeorgen.at

Maximal Teilnehmerzahl 15 Personen, deshalb bei Interesse bitte rasch anmelden!!