imlotmitdir.ch **Seminartage in Wald 2027**

Klare Linien und Freie Räume

In diesen Tagen öffnet sich ein Raum, in dem wir uns den vier Dimensionen des Yoga vertiefend widmen: Meditation, Mantra, Atem und Körperübungen.



Wir lassen uns auf jede diese Dimensionen ein und erfahren, wie sie sich miteinander verbinden und gegenseitig bereichern.

In der Stille, im Klang, im bewussten Atem und in der Bewegung entsteht Raum für ein tieferes Erleben – für mehr Lebendigkeit, Präsenz und die freudige Verbindungen mit uns selbst.

Dabei ist auch Raum für individuelle Unterstützung und persönliche Bergleitung, sodass jede und jeder das eigene Erleben vertiefen und den eigenen Weg in der Praxis finden kann.

Seminarbeginn: *Freitagnachmittag 25. Juni um 16.00 Uhr*
Seminarende: *Sonntagmittag 27. Juni um 14.00 Uhr*

Unterkunft:
Liegt 100meter vom YogaRaum entfernt, www.bleiche.ch

Seminarkosten: 150euro

Anmeldung: *Email: imlotmitdir@gmx.ch oder phone: 078 658 11 27*

Wichtig: das Hotel, bitte selbst buchen! Danke

Hari Om Namah Shivaya, freue mich sehr
Herzlichst

Urs



imlotmitdir.ch **Seminartage in Wald 2027**

Klare Linien und Freie Räume



Übungsprogramm für die Tage in Wald

Begrüßung Freitagmittag 25.Juni um 16:00 Uhr

- *Yoga 16:30 bis 18:30 Uhr*
- *Gemeinsames Abendessen 19:00 Uhr*

Samstag 26.Juni

- *Yoga 6.30 bis 8.00 Uhr*
- *Frühstück und Pause 08.15 bis 11.15 Uhr*
- *Yoga 11.15 bis 15.15 Uhr*
- *bei schönem Wetter ein gemeinsamer Waldspaziergang*
- *Pause 15.15 bis 16.15 Uhr*
- *Yoga 16.15 bis 18.15 Uhr*
- *Gemeinsames Abendessen 19:15 Uhr*

Sonntag 27.Juni

- *Yoga 6.30 bis 8.30 Uhr*
- *Frühstück und Pause 8.45 bis 11.15Uhr*
- *Yoga 11.15 bis 13.30 Uhr*

Seminarende 14.00 Uhr

Seminarkosten: 150€, bitte auf das Bankkonto überweisen.
Urs Rohrbach, IBAN: BE15 9674 2736 9030
Bankcode (SWIFT/BIC), TRWIBEB1XXX
Wise Europe SA, Rue du Trône 100, 3rd floor Brussels, 1050 Belgium

Denke daran die Unterkunft in der Bleiche direkt zu reservieren



Hari Om Namah Shivaya, freue mich sehr
Herzlichst

Urs