



Sense 4 Life
 YO
GA
Larisa Vlasov

Retreat

Immenstadt (Allgäu) • 29. April – 01. Mai 2017

Retreat vom 29. April - 01. Mai 2017, Sa. bis Mo.

Yoga-Retreat, Allgäu

Auftanken. Bewegung. Inspiration. Leichtigkeit. Natur. Wunder.

Du möchtest Dich aus einem stressigen und sehr anspruchsvollen Alltag herausnehmen und Dir und Deiner Seele in besonderem Maße etwas Gutes tun. Finde Freude und Entspannung.

Dieses Retreat schenkt Dir Rückzug und körperliche Entspannung und dies mit allen Sinnen. Du darfst durchatmen und auftanken. Gleichzeitig kommst Du in Bewegung und Dein Körper wird strukturiert, Du und Deine Seele erhalten wieder Raum. Wir verlangsamen die Zeit, damit Du wieder Klarheit findest und zu Frühlingsbeginn in Deine Kraft treten kannst.

3 Tage intensive Yogapraxis auf der Riederalp

In diesem sehr persönlichen Retreat werde ich Dich zu Dir selbst und in Deine Energie führen. Es erwartet Dich ein Refreshing-Programm, das ich mit kreativer Liebe und Hingabe durchführen werde. Auf Deine individuellen Bedürfnisse gehe ich ein.

Bringe Körper, Geist und Seele in Einklang

- Meditationen, Atemübungen
- Yoga mit regenerierenden und energiesteigernden Übungen
- Schulung der Achtsamkeit und des Bewusstseins
- Du schärfst Deinen Wärmesinn, Sehsinn, Geschmackssinn, Geruchssinn, Hörsinn
- Impulse aus Yoga-Philosophie & Physiologie
- Impulse, um ganzheitliche Entwicklungsprozesse anzustoßen
- viele Anregungen, die Du in den täglichen Alltag integrieren kannst
- Kleines Handout, um die Übungen zuhause zu vertiefen
- Geübt wird in den energetisch ausgerichteten Räumen oder an Kraftorten im Freien
- Du verbringst Zeit in der Gruppe, hast aber auch viel Zeit für Dich alleine.
- Vegetarisch-regionale Küche
- Spaziergänge, Natur & Berge entdecken



Die Zeit verlangsamen und einfach Selbst sein

Light your heart,
Larisa

Retreat

Unterkunft, Verpflegung und Anreise

Das Seminarhaus Riederalp liegt idyllisch über der kleinen Stadt Immenstadt in den Bergen. Du bist von erblühendem Frühlingsgrün umgeben. Die Riederalp ist ein Ort der Ruhe und Kraft. Die traumhafte Kulisse der Allgäuer Berge lädt ein zu entspannten Spaziergängen und leichten Wanderungen. Genieße die Natur und atme Dich frei in der Luft der Berge.

Du bist untergebracht in schönen schlichten Zimmern, die Dir Rückzug ermöglichen. Das ganze Haus ist geomantisch ausgerichtet und bringt zusätzlich Deine Energie in Schwingung

Mahlzeiten: Sämtliche Mahlzeiten sind frisch zubereitet, regional und basieren ausschließlich auf vegetarischer Küche. Zwischenverpflegung Obst, Tee und Wasser sind rundum die Uhr verfügbar.

Termin: 29. April - 01. Mai 2017

Beginn/Ende: Samstag 13.00 Uhr bis Montag 13.00 Uhr*
* Abschluss mit gemeinsamen Mittagessen & Meditation

Selbstorganisierte Anfahrt:

- Fahrgemeinschaft, ich unterstütze Dich gerne dabei
- Auto oder Bahn bis Immenstadt
- Dauerparkplatz Immenstadt
- Ich hole Dich gerne in Immenstadt ab
- Gemütlicher Fußweg zum Seminarhaus ca. 20 Minuten

Preis

3-Tages-Retreat

170,00 €

Unterkunft & Verpflegung

148,00 €*
*zzgl. Kurtaxe

Anmeldung

Ich melde mich verbindlich für das Retreat "Yoga im Allgäu" vom 29.04. - 01.05.2017 an.

.....
Vorname, Name

.....
Straße, Hausnummer

.....
Postleitzahl, Wohnort

.....
E-Mail

.....
Mobiltelefon

.....
Telefon

.....
Geburtsdatum

Der Teilnahmebeitrag beträgt 318,00 €

Ich zahle jetzt bar.

Ich habe den Betrag auf das **Konto** überwiesen.

Mir ist bekannt, dass die Teilnahme an diesem Yogaseminar auf eigene Verantwortung stattfindet. Die Ausflüge und Freizeitaktivitäten sind gänzlich auf eigene Gefahr und nicht Teil des Seminars. Teilnehmerzahl ist beschränkt. Buchung erst gültig bei Zahlungseingang. **Die Teilnahme- und Rücktrittsbedingungen erkenne ich an.**

.....
Ort, Datum

.....
Unterschrift

Anmeldeformular per E-Mail schicken oder persönlich an Larisa.

Retreat

Buchung/Zahlung

Bitte verbindlich buchen bis zum 09. April 2017.

Zahlung: bar an Larisa oder per Überweisung

Kontoinhaber: Larisa Vlasov

Bank: .comdirect

IBAN: DE33 2004 1144 0640 2960 00

BIC: COBADEHD044

Retreat



Retreat

Larisa Vlasov,
Yoga- und Gesundheitstherapie (krankenkassenanerkannt)
Sense4Life Yoga
www.sense4life.de - larisa@sense4life.de
+49 (0)177-89 322 43



Sense 4 Life
 YO
GA
Larisa Vlasov