

YOGAWOCHE MIT KARINA WAGNER

27.11. - 02.12.2016

feel 
good!

Die Yoga- und Meditationswoche des inneren Lichtes

ist eine wundervolle Gelegenheit, die Vorweihnachtszeit bewusst zu erleben und um dein inneres Licht strahlen zu lassen und dir heilende Stille und Besinnung, sanftes Herz yoga und Meditationen zu schenken.



SONNTAG, 27.11.2016

21.00 Uhr Begrüssung mit Karina Wagner

MONTAG, 28.11.2016

08.30 - 09.15 Sanftes Herzyoga des Ankommens und Lichtmeditation
 16.00 - 17.00 T ibetisches YOGA DES HERZENS - die heilende Kraft der Liebe erleben und das innere Licht erstrahlen lassen
 17.00 - 17.30 Tibetische Meditation des Urlautes OM um sich mit dem Seelenlicht zu verbinden

DIENSTAG, 29.11.2016

08.30 - 09.15 Das goldenen Chi Gong – inneres Licht und Verjüngung
 13.00 - 14.00 Das Wunder des bewussten Atmens
 16.00 – 17.00 Kundalini Yoga: Das Erwecken des inneren Lichtes und alle Dunkelheit transformieren
 17.00 - 17.30 Geführte Chakra-Meditation zur ganzheitlichen Heilung

MITTWOCH, 30.11.2016

08.30 - 09.15 Sanftes Herzyoga und Lichtmeditation
 16.00 - 17.00 Mudra Yoga und Vinyasayoga des Herzenslichtes
 21.00 - 21.30 Tibetische Licht-Meditation

DONNERSTAG, 01.12.016

08.30 - 09.15 Kundaliniyoga – den Tag mit neuer Lebensenergie beginnen
 16.00 – 17.00 Tibetisches YOGA DES HERZENS - die heilende Kraft der Liebe erleben und das innere Licht erstrahlen lassen
 17.00 – 17.30 Meditation der Aufrichtung und Verjüngung der Wirbelsäule

FREITAG, 02.12.2016

08.30 - 09.15 Das goldenen Chi Gong – inneres Licht und Verjüngung
 14.00 – 15.00 Kundalini Yoga: Licht der inneren Schönheit erstrahlen lassen
 15.00 - 15.30 Meditation des inneren Herzenslichtes



UNSER TOP ANGEBOT

5 Übernachtungen inklusive Wellness - Verwöhnepension, allen Stock Inklusivleistungen, dem Wochenprogramm und allen Einheiten.

ab € 950,- DZ Penken
 (Preise pro Person und Aufenthalt)

(Pauschale in allen Kategorien buchbar, Programm- Preisänderungen vorbehalten. Leistungen nicht abwandelbar oder bar auslösbar!)

STOCK resort
 Familie Stock
 6292 Finkenbergr 142
 Zillertal / A

t: +43 . 5285 . 6775
 f: dw 421
 e: urlaub@stock.at
 w: stock.at