

YOGAWOCHE - INNERE SCHÖNHEIT

13. - 18.09.2020

mit **KARINA WAGNER**

STOCK 
feeling

**STOCK
HIT
WOCHE**

Erwecken Sie die innere Schönheit und entdecken Sie die Schönheit des Lebens.

Wir selbst sind unsere ureigenste Quelle von Glück, Gelassenheit und Zuversicht. Nur vergessen wir das viel zu häufig. Yoga ist ein Weg, der unser Herz öffnet und uns diese Quelle erkennen lässt.

Die Freude über diese Wiederentdeckung führt zu einer Bewusstseinsweiterung – zu einer Ausrichtung auf das Schöne in uns und in der Welt. Lassen Sie sich von Karina Wagner in das tibetische Yoga des Herzens einführen und gemeinsam den Schlüssel finden – zu unendlicher Glückseligkeit, die tief in unserem Inneren ruht. Mit wirksamen Meditationstechniken, befreiendem Pranayama und Kundalini-Detox-Yoga. Gelehrt, gelernt und geübt im anregenden Ambiente des STOCK resort.



SO, 13.09.2020

21.00 Uhr

Come Together mit Begrüßung in der Kaminlounge

MO, 14.09.2019

08.30 - 09.15 Uhr

Sanftes Herzyoga des Ankommens und Morgenmeditation

16.00 - 17.00 Uhr

Tibetisches YOGA DES HERZENS

17.00 - 17.30 Uhr

Tibetische Meditation des Urlautes OM

DI, 15.09.2020

08.30 - 09.15 Uhr

Sanftes Herzyoga und Morgenmeditation

13.00 - 14.00 Uhr

Das Wunder des bewussten Atmens

16.00 - 17.00 Uhr

Kundalini Detox Yoga: verjüngen und heilen

21.30 - 22.00 Uhr

Tibetische Licht-Meditation

MI, 16.09.2020

08.30 - 09.15 Uhr

Goldenes Chi Gong – inneres Licht und Verjüngung

16.00 - 17.00 Uhr

Vinyasa Yoga - fließendes Yoga

17.00 - 17.30 Uhr

Heil-Meditation der Drüsen

DO, 17.09.2020

08.30 - 09.15 Uhr

Kundaliniyoga – Neue Lebensenergie für einen erfüllten Tag

16.00 - 17.00 Uhr

Tibetisches YOGA DES HERZENS

17.00 - 17.30 Uhr

Meditation der Aufrichtung und Verjüngung der Wirbelsäule

FR, 18.09.2020

08.30 - 09.15 Uhr

Tai Chi: Sanftes Herzyoga und Morgenmeditation

11.30 - 12.45 Uhr

Kundalini Yoga des Lichtes und inneren Schönheit Abschlussmeditation



UNSER ANGEBOT

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

ab € 1250,- KDZ Penken
(Preise pro Person und Aufenthalt)
(Begrenzte Teilnehmerzahl)

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

STOCK resort
6292 Finkenbergl 142
Zillertal / A

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