

Yoga & Meditation

Eine Auszeit in der Stille mit Claudia Suermann und Anita Burkhart-Röser
Retreat im Allgäu vom Sonntag, vom 20.03. 18 Uhr bis 25.03.22 um 10 Uhr

Frühling 2022 – Kraft & Entfaltung



Die Tage im Allgäuer Seminarhaus sind Gelegenheit zu innerer Einkehr und tiefer Erholung. Die Struktur der Tage und das Schweigen unterstützen dabei den meditativen Prozess und die Tiefe der Erfahrung.

Asanapraxis, Pranayama, Meditationen und Vorträge sind dabei wertvolle Mittel und bilden eine stabile Grundlage, um den Weg der Stille zu gehen, eine stabile Kraftquelle in sich zu entdecken und mit dieser inneren Verbundenheit sich ins Dasein zu entfalten.

**Die Seminargebühr beträgt 250 €, dazu kommen pro Nacht und vegetarischer Vollverpflegung 78€ im Einzelzimmer, entsprechend günstiger im Doppelzimmer. Siehe unter www.allgaeuseminarhaus.de
Bitte die Unterkunft mit vegetarischer Verpflegung direkt dort buchen.**

Alle weiteren Infos unter Email:

Anita Burkhart-Röser: a.burkhart-roeser@web.de

Claudia Suermann: claudia.suermann@online.de