

Fasten - Ayurveda - sanft mit Yoga Fr.-Fr.

22.10.2021 17:00–29.10.2021 13:00

–

Kursleiter/-in

Name Marion Werner und Ruth Kanis

Adresse Kleindorf 3, 14715 Havelaue - OT Strodehne

Telefon 033875-90192

E-Mail marion.werner@freenet.de

Homepage <http://www.marion-werner.de>

Homepage 2 <https://www.ruthkanis.de>

Kosten

Kursgebühr = 350 €

Übernachtung/Verpflegung = 230 €

Gesamt = 580 €

Beschreibung

Du möchtest Zeit für dich und deinen Körper, um ihn wieder in die verdiente Balance zu bringen?

Fasten, Yoga und Ayurveda gehen in diesem Seminar eine ideale Verbindung ein:

Fasten heißt bewusstes Verzicht und mit wohltuenden Yogaübungen unterstützen wir die Ausleitungsprozesse im Körper, Ayurveda besänftigt unsere Doshas.

Durch diese Zeit tragen uns die Stille und die bezaubernde Schönheit des Havellandes in der harmonischen Gemeinschaft der Fastenden. In diesem charmanten Seminarhaus in unmittelbarer Nähe der Havel, können wir die wunderbare Wirkung des Fastens erleben. Du wirst überrascht sein, wieviel Kraft und Energie dir

wieder zur Verfügung steht. Voller Freude kannst du neu durchstarten.

Die frische Luft, die erholsame Ruhe, die sanften Bewegungseinheiten und wenn du möchtest ein Besuch in der Therme Bad Wilsnack runden diese Woche ab. (Bitte hierfür 33,-€ einplanen).

Der Tagesablauf ist dem des Buchinger Fastens angelehnt.

Veranstaltungsort

Adresse Raum der Vielfalt • Kleindorf 3 • 14715 Havelaue - OT Strodehne

Anfahrt [Kontakt](#)

Weitere Informationen

[Fasten ayurvedisch sanft](#)

Anmeldung

[zum Anmeldeformular](#)