



Yogaferien

in Kroatien 2021

21. bis 27. August 2021

490 €

Frühbucher bis 31.3.2021 | danach 590 €

Die Seminargebühr beinhaltet die tägliche
Yogapraxis und alle Extra-Angebote
zwischen den Yogastunden.

Wir praktizieren ca. 4,5 Stunden täglich.
Tagsüber bleibt genügend Zeit, um die Insel
zu erkunden, schwimmen zu gehen oder
die Seele baumeln zu lassen.

Yoga
ma

Embody your spirit!

Dich erwartet ein intensives einwöchiges
Retreat, das weit über die alltägliche Praxis
zu Hause oder in einem Studio hinausgeht.
Erlebe nachhaltige Veränderungen in dein-
em Körper und deinem Spirit.

Mithilfe von integralem Yoga verschieben
wir die eigenen Grenzen und bekommen
einen tieferen Einblick in unsere Seele. Tief entspannt mit Yoga Nidra und
Laya Yoga kehrst du mit viel weniger Gepäck in deinen Alltag zurück. Geführte
Meditationen unterstützen dich in die innere Einkehr und Stille.

**Inhalte: Asana-Spiraldynamik®-Intensiv-Training und Bodywork mit Feintuningcharakter
| Pranayama und dynamisches Kundalini Yoga jeden Morgen am Meer | Yoga Nidra und
Faszientraining | Medical Yoga meets Vinyasa Flow | Mantras und Mudras | spirituell-
philosophische Teachings/Satsang | Achtsamkeits- und Meditationspraxis**

Mehr Infos bei uns oder auf www.yoga-ma.com

Spiraldynamik®



Florian Doose & Danijela Ivin | 0711 12150753 | info@yoga-ma.com | www.yoga-ma.com