

**MantraYoga Retreat im Elfenhof Viezen - vom 09.9.22 – 11.9.22
für mehr Harmonie, Balance & Einheit für Körper, Geist und Seele
mit Madhavi Veronika & Venulo Bernd**



Durch die Yogaübungen (Asanas), Pranayama (Atemtechniken), dem Mantra-Singen in der Verbindung mit MantraYoga werden verschiedene Ebenen angesprochen, welche es dir ermöglichen, in die eigene Wahrnehmung und Achtsamkeit mit dir selbst zu kommen.

In diesem MantraYoga Retreat erfährst du, wie das MantraYoga dein Leben positiv verändert.

Herzöffnung, pure Lebensfreude und Leichtigkeit bringen dir ein neues Körpergefühl. Die Spiritualität in all seinen Facetten wahrzunehmen, ist das Ziel des MantraYoga Retreats.

Ort: Elfenhof Viezen

Beginn: Freitag, 9.09.22 - 14 Uhr / **Ende:** Sonntag, 11.09.22 - 13 Uhr

Preis: 360,00€

Inklusive Leistungen:

- *tägliche Asanas, Pranayama, Meditation, Mantras, Mudras und Shavasana (Entspannung)
- *Verbindung von Hatha, Bhakti & MantraYoga
- * Mit Gesang in der Leichtigkeit Altes loslassen
- *Wahrnehmungs und Achtsamkeitstraining
- *Verbindung von Himmel und Erde durch Barfußlaufen in der Natur
- *Austausch von yogischen Betrachtungsweisen
- *gefiltertes Wasser, kleines veganes Mittagessen

Bitte rechtzeitig anmelden, da begrenzte Teilnehmerzahl!
Anmeldungen im Elfenhof Viezen - Tel.-Nr.: 038464 227293
oder unter

Praxis HerzBalance - Tel.: 0160 226 1077

Praxis HerzBalance
Ayurveda, Massagen & Yoga
www.herz-balance.com

Madhavi Veronika Broszinski – Yogalehrerin (BYV), Mantrayogalehrerin (BYV)
Venulo Bernd Broszinski - Yogalehrer (BYV)