

YOGA WOCHENENDE

08.11-10.11.2024

MIT HORST WILLENBACHER
IN BRINGHAUSEN

THEMA: VIVEKA

UNTERSCHIEDUNGSKRAFT IM YOGA UND IM ALLTAG



THEMA

Viveka - Unterscheidungskraft im Yoga und im Alltag

Dieses Wochenende bietet Zeit zum Üben und zum Eintauchen in die philosophischen Hintergründe des Yoga, ohne deren Berücksichtigung wertvollste Aspekte unwirksam bleiben.

In unserer Übungspraxis und im Alltag unterscheiden wir selten oder nie klar zwischen Vergänglichem und Ewigem. Laut Yoga-Sutra entstehen dadurch immer wieder leidvolle Spannungen (klésas). Das Yoga-Wochenende bietet Zeit und Raum sich näher mit diesem Grundthema zu beschäftigen und die Möglichkeit im Zusammenspiel mit achtsamem Üben Unterscheidungskraft (viveka) zu entwickeln und Einsichten zu gewinnen, die sich heilsam auf die Yogapraxis und den Alltag auswirken können. Jede Übungseinheit endet mit einer Meditation.

ZEIT

Das Yogawochenende beginnt am Freitag, den **08. 11. 2024** um 16.30 Uhr mit der ersten Übungseinheit und endet am Sonntag, den **10. 11. 2024** nach der Übungspraxis am Vormittag.

ORT

Das Seminarhotel Fünfseenblick in Bringhausen liegt am Rande des Nationalparks Kellerwald-Edersee. Die Lage, die vegetarische Verpflegung und die entspannte Atmosphäre des Hauses bieten ideale Bedingungen, um die Kraft der Yogapraxis zu erfahren und einen Impuls zu setzen, der sich in den Alltag hinein fortsetzen kann. Direkt vom Haus aus können ausgedehnte Spaziergänge in den Nationalpark unternommen werden. Der nahe Edersee ist gut zu Fuß erreichbar.

ANMELDUNG & AUSKÜNFTE

Bei Interesse melde dich bitte bis zum **11. 10. 2024** an bei:

Horst Willenbacher
Frankenstr. 28
34537 Bad Wildungen

tel 05621-91001

e-mail info@yoga-badwildungen.de

www.yoga-badwildungen.de

SEMINARGEBÜHR 160 €

Die Anmeldung wird verbindlich durch eine Anzahlung von 60,00 €

BANKVERBINDUNG

Waldecker Bank
IBAN DE55 5236 0059 0005 3086 90
Stichwort Herbstwochenende 2024

STORNOBEDINGUNGEN

Bis 2 Monate vor Seminarbeginn **volle Rückerstattung**
2 Monate bis 28 Tage vor Seminarbeginn **50,00 €**
27 bis 14 Tage vor Seminarbeginn **60,00 €**
14 Tage bis 5 Tage vor Seminarbeginn **80,00 €**
4 Tage bis 0 Tage vor Seminarbeginn **160,00 €**

UNTERKUNFT & VERPFLEGUNG

Bitte wende dich/wenden Sie sich direkt an das Seminarhotel Fünfseenblick
Kurstraße 4
34549 Edertal-Bringhausen
tel 05623-94940
e-mail info@seminarzenrumt-fuenfseenblick.de

ÜBUNGSZEITEN

Freitag 16:30 - 18:00 Uhr
20.00 – 21.00 Uhr

Samstag 10.00-12.00 Uhr
16.30 – 18.00 Uhr
20.00–21.00 Uhr

Sonntag 10.00-12.00 Uhr

SEMINARLEITUNG

Horst Willenbacher (Yogalehrender BDYoga)

Ich freue mich darauf meine Begeisterung für Yoga und meine langjährigen Erfahrungen mit seinen heilsamen, regenerierenden und belebenden Wirkungen mit euch zu teilen.

