

Yoga

Intensiv

30.5. - 1.6
2025

Haus Casali
Neusach 95
9762 Weißensee



Selbstmitgefühl als Grundhaltung

Welche Auswirkung hat sie auf mein Leben & Zusammenleben?

Mit intensiver Yogapraxis, Wanderungen in den bezaubernden Bergen Kärntens, schwimmen in den frühen Morgenstunden im erfrischenden Weißensee, Meditationen, theoretischen Inputs, vegan/vegetarischer Ernährung, lachen, faulenzten und vielem mehr werden wir uns während des Wochenendes dem Thema Selbstmitgefühl zuwenden. Wir werden uns einfühlsam und humorvoll dieser Grundhaltung nähern, sie berühren, vertiefen und lernen sie in unser tägliches Leben zu integrieren. Die effektiven Werkzeuge des Kundalini Yoga führen in eine umfassende Selbstschulung mit dem Ziel der Rückbindung zu Deinem höheren Selbst. Die Umgebung des Naturparks Weißensee ist dabei eine wundervolle, liebevolle Unterstützung.

Seminar inkl. Verpflegung € 350

Wir helfen gerne bei der Suche nach einer passenden Unterkunft.

Larissa & Elfi Lehmann



Elfi Lehmann
int. zertifizierte Kundalini Yoga Lehrerin
0676 43 676 79
www.hauscasali.at



Larissa Lehmann
Psychologin & int. zert. Kundalini Yoga Lehrerin
0660 411 3997
www.farbensammeln.at

