

R

Angeli di Montefiore
12. August bis 19. August 2017

E



Yoga Retreat
mit Stefan Bantleon

T

R

Yoga meets La Dolce Vita
Genieße die Zeit, genieße das Meer,
genieße die wunderbare Landschaft

E



A



T



Yoga meets La Dolce Vita 12. August bis 19. August 2017

Wir beginnen den Tag mit Pranayama und bereiten uns so auf die morgendliche Asana Praxis vor . . .

. . . genieße die Energie, die spezielle Atmosphäre am Morgen mit Vogelgezwitscher und angenehmer Morgenluft an diesem wunderschönen Ort im Süden von Italien. Im Anschluss ein reichhaltiger italienisch, vegetarischer Brunch, der keine Wünsche offen lässt.

Nütze danach den restlichen Tag für Pool, Meer, Sightseeing und Ausflüge in die wunderbare Landschaft der Marken.

Die zweite Yogapraxis findet am Spätnachmittag statt und am Abend lassen wir den Tag mit einem vollwertigen Abendessen ausklingen.

Jedes Yoga-Level ist willkommen. Ich unterrichte überwiegend offene Yogagruppen und bin darin geübt, den Yoga individuell an die Bedürfnisse der Gruppe anzupassen.

Du wirst erstaunt sein, wie wohltuend die tägliche Yogapraxis ist.

Hier hast du genügend Zeit um deine Seele baumeln zu lassen, dem Alltag zu entfliehen – erfahre die Leichtigkeit des Seins.