

YOGAKURSE • MEDITATION • WORKSHOPS • AUSBILDUNGEN
URLAUB • BEGEGNUNG • RÜCKZUG

Sommer-Intensiv-Retreat am Yogahof Kukmirn

7. bis 12. Juli 2024

Tauche ein in die Welt des Klassischen Yoga und erlebe ein intensives Sommer-Retreat, das Körper, Geist und Seele harmonisiert. Unter der Leitung von Horst Buchebner bieten wir ein 40-stündiges Yoga-Programm, das alle 8 Stufen von Patanjalis Yoga Sutra umfasst.

Aspekte des Yoga: Unser ganzheitlicher Yogaunterricht beinhaltet sowohl körperliche als auch geistig-philosophische Aspekte. Hatha Yoga, das den Fokus auf Körperübungen und Atemlenkung legt, wird genauso integriert wie Raja Yoga, das den mentalen Aspekt durch Meditation und spirituelle Praktiken betont.

Yoga ist ein persönlicher Entwicklungsweg, und wir respektieren die Individualität eines jeden Teilnehmers. Unser Ansatz ist darauf ausgerichtet, Dich dort abzuholen, wo Du gerade stehst. Unabhängig von Deinem Erfahrungsniveau ermöglicht Dir dieses Retreat, Deine Yogapraxis zu vertiefen und Dich auf Deinem einzigartigen Entwicklungspfad zu bewegen.

Teilnahmevoraussetzungen: Dieses Retreat richtet sich an Yoga-Begeisterten mit soliden Yoga-Grundkenntnissen.

Der Yogahof Kukmirn bietet die ideale Umgebung für diese besondere Zeit des Rückzugs und der Erneuerung. Die gemütlichen Zimmer und die vegetarische Verpflegung werden Dich dabei unterstützen, Dich voll und ganz auf die Yoga-Praxis zu konzentrieren. Die malerische Landschaft und die private und friedliche Atmosphäre des Hofes und seines Gartens schaffen den perfekten Rahmen für Deine Yogapraxis und Momente der Entspannung.



Yogahof KUKMIRN

info@yogahof-kukmirn.at

+43 644 91 44 007

yogahof-kukmirn.at

Kontakt: Andrea Haas

International geprüfte Yogalehrerin

Vollmitglied 500+ YVO

Cranio Sacral CSIR & Shiatsu praktikerin

Yogaschule SÜDBURGENLAND

Die Yogaschule Südburgenland bietet Kurse, Seminare, Workshops und entwicklungsorientierte Yogalehr-Ausbildungen an. Die Praxis umfasst Hatha, Raja, Kriya und Tantra Yoga in sanfter und intensiver Form und integriert alle acht Glieder des Astanga-Weges des Patanjali.

info@yogaschule-suedburgenland.at

+43 644 350 40 26

yogaschule-suedburgenland.at

Kontakt: Horst Buchebner

International geprüfter Yogalehrer

Vorstand der Yoga Vereinigung Österreich

Yogapraxis seit 2007

KOSTEN

**40 STUNDEN UNTERRICHT, UNTERKUNFT UND
VEGETARISCHE VERPFLEGUNG:**

5 Nächte im Doppelzimmer: ab € 1.120 / Person

Einzelzimmerzuschlag: € 25 / Person / Nacht

5 Nächte im Apartment - 2 Personen: € 1.320 / Person

Ortstaxe: € 2,50 / Person / Nacht

Retreat-Start: 07.07.2024, 10:00 Uhr

Retreat-Ende: 12.07.2024, 13:00 Uhr

YOGAHOF & YOGASCHULE

Zellenbergstrasse 15

7543 Kukmirn

Südburgenland

Österreich