

# Auszeit mit Yoga

vom 12. bis 14. Juli 2024

Freitagmittag bis Sonntagmittag

im Kulturkloster Altdorf



**Lass dich von der Natur in die Stille führen und genieße:**

- die geheimnisvolle Wirkung von Yoga auf dich
- einen Tag und eine Nacht im bewussten Schweigen
- deinen Atemfluss und wie er dein Leben bestimmt
- dein wahres Wesen in der Meditation

**Schon der Weg von Altdorf hinauf zum Kapuzinerkloster lässt dich ruhig werden und lädt dich ein in diese geheimnisvollen und zugleich beschützenden Mauern.**

**Genieße ein paar Tage des Friedens, nimm die besondere Atmosphäre wahr und finde so die Ruhe um dich und in dir. Tanke neue Energie und Leichtigkeit für alle deine Ziele.**

**Weitere Infos unter [www.auszeit-mit-yoga.ch](http://www.auszeit-mit-yoga.ch)**

**Preis Workshop 300 Franken**

**zugänglich Übernachtung und Vollpension**

**[www.kulturkloster.ch](http://www.kulturkloster.ch)**

**Bei Fragen wende dich an [auszeit-mit-yoga.ch](http://auszeit-mit-yoga.ch)**

**(Geeignet für Einsteiger, wie auch erfahrene Yogis)**

**Wir freuen uns auf Dich.**

**Beatrice und Patricia**



Stille • Kraft • Flow

