



Programm-Info von Sabine Atkinson

MIT YOGA IM EINKLANG - ein Yogaurlaub der besonderen Art 21. bis 28. April 2012 El Cabrito | elcabrito.es

Wenn in Deutschland die ersten Frühlingsblüher dem Winter trotzen, entspannen wir hier bei angenehm-sommerlichen Temperaturen "auf yogische Weise ganz gelöst" bei Meeresrauschen und in herrlicher Natur unter Palmen.

Wer "reif ist für die Insel" und neue Kräfte mobilisieren möchte, findet bei diesem besonderen Urlaubsangebot in El Cabrito die wunderbare Gelegenheit, sich wieder körperlich und geistig zu regenerieren und Energie zu schöpfen, "Atem zu holen mit Leib und Seele".

Mit den morgendlichen und abendlichen Yogasequenzen möchte ich Sie auf allen Ebenen des Menschseins ansprechen und in die Erfahrung vom Einklang mit Körper, Atem und Geist führen. Tauchen Sie ein in die Welt der Yogaphilosophie, des entspannten tiefen Atems, der Yogaflows, der meditativen Stille.

Das ganzheitliche Konzept für diesen Yoga-Urlaub gründet auf meiner langjährigen intensiven Unterrichtstätigkeit, die geprägt ist von meinem fröhlichen Wesen. Es eignet sich für alle, die bereits Erfahrungen mit Yoga gesammelt haben und ist genauso offen für Menschen, die gerne neu einsteigen möchten und die Intensität eines solchen Angebots zu schätzen wissen.

Die wunderschöne Umgebung und das leckere Essen (Bio und frisch von der Finca!), der Blick über das Meer zur Nachbarinsel, die wohltuende Ruhe – all das bildet den Rahmen für einen einzigartigen Urlaub, der für jeden zum besonderen Erlebnis werden darf.

Gerne können Sie mit mir über e-Mail Kontakt aufnehmen um Näheres zu erfahren. Ich freue mich darauf, Sie kennen zu lernen.

Sabine Atkinson, sayoha@gmx.de