

योगविपोधा KURSLEITUNG



CLAUDIA EVA REINIG

WWW.YOGAINSPIRATION.CH
WWW.OPENSKYYOGA.CH
WWW.YOGAINDIEN.CH

Claudia praktiziert seit mehr als 22 Jahren Yoga. Sie unterrichtet in der Ausbildung für YogalehrerInnen und leitet Weiterbildungen im In- und Ausland. Zahlreiche Aufenthalte und Studien bei verschiedenen „Yogis und Meistern“ in Indien sowie Inspirationen unterschiedlicher Lehrer und Yogastile prägen ihre kreativ lebendige Yoga-Praxis. In den Wintermonaten lebt und unterrichtet sie in Indien. Claudia engagiert sich aktiv bei OceanCare sowie anderen Tierschutz- und Umweltorganisationen.

योगविपोधा ASSISTENZ

Josiane absolvierte eine Ausbildung in Klassischer Ganzkörpermassage bei Bodyfeet sowie in Trad. Thai-Yoga Massage in Thailand. Sie unterrichtet Yoga bei verschiedenen Kursen wie „Yoga und Klettern“ oder „Yoga und Schneeschuhlaufen“. Josiane wird beim Pfingst Retreat die Thai-Yoga Massage leiten sowie bei den Yogagstunden assistieren.



JOSIANE IMESCH

Sabine ist Yogalehrerin und studiert seit vielen Jahren indische Musik, Gesang und Harmonium bei indischen Meistern in Nordindien. Sie unterrichtete Musik und Gesang an der indischen Sivananda Music School und organisiert verschiedene Yoga und Musik Events in der Schweiz. Sabine wird beim Sommer Retreat Kirtan Chant leiten sowie Yogagstunden unterrichten.



SABINE OTTENBACHER

OPTIMALE BETREUUNG

In fast jeder Yoga Session und während des gesamten Seminars wirst du von zwei Lehrern betreut. Dies bietet dir optimale Unterstützung während der Yogastunde und innerhalb der gesamten Seminarzeit.



योगविपोधा INFORMATION UND ANMELDUNG

YOGAINSPIRATION

Claudia Eva Reinig

Holzmätteliweg 2, CH 3626 Hünibach
0041 - (0)33 - 341 0241

WWW.YOGAINSPIRATION.CH

CLAUDIA@YOGAINSPIRATION.CH

योगविपोधा YOGA

YOGAFERIEN 2012



PFINGSTRETREAT
HOLLERBÜHL, 25. - 28. MAI

SOMMERRETREAT
LINDENBÜHL, 12. - 15. JULI

CLAUDIA EVA REINIG, YOGAINSPIRATION.CH



YOGA VINYASA FLOW FERIENKURSE UND ZEIT FÜR DIE NATUR

PFINGSTRETREAT HOLLERBÜHL

Wir wohnen im Seminarhaus Hollerbühl. Das Haus liegt in besonderer Lage an einem ruhigen, kraftspendenden Ort im Südschwarzwald. Die Zimmer, der Wintergarten, das Kaminzimmer oder ein lauschiges Plätzchen im Garten laden dich ein zum Yoga Chill Out. Ein herrlicher Blick zeigt sich vom lichtvollen Yogaraum über die weiten Wiesen und Wälder. www.hollerbuehl.de

TERMIN UND PREISE

25. Mai, 16 Uhr bis Pfingstmontag, 28. Mai 2012, 13 Uhr
DreierZ Euro 150, DZ Euro 190, EZ Euro 230 inkl veg. Essen
plus Yogakurspreis CHF 390

FOKUS IM YOGA

Kreativer Vinyasa Yoga. Fließende Yogafolgen bringen dem Körper Anmut, Kraft und Beweglichkeit. In Yoga deep and long taucht der Geist ein in Sammlung und Stille. In der Trad. Thai Yoga Massage üben wir „passives Yoga“ in Dehn- und Streckpositionen, mit Gelenkmobilisation und Druckpunktmassage. Eine ideale Ergänzung zum Yoga Flow.



SOMMERRETREAT APPENZEL

Wir wohnen im Seminarhaus Lindenbühl. Man spürt seinen unwiderstehlichen Charme in jedem einzelnen seiner Räume. Ein wunderbarer Kursraum mit 12 grossen Fenstern und lichtvoller Atmosphäre steht uns zur Verfügung. Lindenbühl liegt ländlich, ausserhalb von Trogen in den sanften Appenzeller Hügeln der Schweiz. Ideal zum Wandern.

www.lindenbuehltrogen.ch

TERMIN UND PREISE

12. Juli, 16 Uhr bis 15. Juli 2012, 13 Uhr
DreierZ CHF 320, DZ CHF 350, EZ CHF 380 inkl veg. Essen
plus Yogakurspreis CHF 380

FOKUS IM YOGA

Tauche ein in kraftvolle Yogafolgen, mit stimulierender und energetisierender Wirkung. Diese wechseln spielerisch ab, mit weich fließenden und ruhenden Positionen. Ein Geschenk der inneren Wärme, Weite, Zufriedenheit und Stille. Chakrameditation, ContactYogaflow sowie Kirtan singen runden dieses spannende und entspannende Programm ab.



VINYASA YOGA BALANCE

Wir widmen uns bei beiden Retreats dem lebendigen Yoga- stil Vinyasa Flow. Die körperliche und auch energetische Intensität steigert sich innerhalb der einzelnen Flows, um dann in der Entspannung zu münden. Die Yogapositionen werden auf dem Faden der Atmung gewoben. Wenn die Energie fließt und der Körper im Rhythmus schwingt, beginnt die Seele zu tanzen. **Kurslevel: Mittelstufe/Fortgeschritten**

KURSPROGRAMM

Yogaunterricht jeweils 2,5 Stunden am Morgen und 2 Stunden am Nachmittag plus div. Abendprogramme. Es bleibt genügend Zeit zum Erkunden der Natur.

ESSEN

Angepasst an die Yogapraxis und Übungszeiten gibt es Frühstücksbrunch und ein köstliches Abendessen. Den Tag über stehen uns ausgewählte Tees und Früchte zur Verfügung. Die Küchencrew zaubert vegetarische und vegane Gerichte, die Leib und Seele erfreuen.

ZIMMERBUCHUNG / ANREISE

Die Zimmerbuchung erfolgt beim PfingstRetreat direkt über das Seminarhaus und beim SommerRetreat über die Kursleitung Claudia. Die Anreise erfolgt selbstständig und ist im Kurspreis nicht inbegriffen. Detaillierte Infos zur Anreise findest Du jeweils auf der homepage vom Seminarhaus.

RÜCKTRITTSVEREINBARUNG

Bei Rücktritt des/r Teilnehmers/in bis 6 Wochen vor Kursbeginn berechnen wir eine Bearbeitungsgebühr von CHF 120. Bei späterem Rücktritt oder bei Abbruch kann die Kursgebühr abzgl. der Bearbeitungsgebühr von CHF 120 nur zurückerstattet werden, wenn wir den Platz mit jemandem aus einer eventuellen Warteliste füllen können.