KARL EDY, MSC
Yogalehrer, Mentaltrainer,
Psychosozialer Berater
karledy.at

TERMIN
14. bis 20. Juli 2024
Beginn: Sonntag 17:00 Uhr
Ende: Samstag 11:00 Uhr

SEMINARORT
TamanGa Seminarzentrum
Labitschberg 4
8462 Gamlitz
www.tamanga.at

SEMINARPREIS
EUR 640

VERANSTALTER
neurotunes Bewusst Sein
Bildungsverein
ZVR Nr.: 1558602859
+43 1 8103943
bewusstsein@neurotunes.com
neurotunes.com

YOGA

Yoga-Sommerretreat

Entfalte dein Selbst

NUTZEN und WIRKUNG

- Innere Balance, körperliches, geistiges und seelisches Wohlbefinden
- Erholung des Körpers: mehr Beweglichkeit und Entspannung, bessere Verdauung, tieferer Schlaf, gesteigerte Lebensenergie und Vitalität
- Höhere Konzentrationsfähigkeit, Klarheit der Gedanken, Klarheit im Leben
- Gelassenheit und Leichtigkeit im Sein

INHALTE und METHODEN

- Sivanandayoga mit Karl Edy
- Live-Meditationen mit Neuromusik & Kopfhörern
- Transzendentes Atmen
- 5-Rhythmen-Tanz© mit Stefania Kregel
- Feuerritual

VORAUSSETZUNGEN

- Physische und psychische Gesundheit
- Wille zur persönlichen Weiterentwicklung
- Mut, eigene Grenzen zu überschreiten
- Vorkenntnisse in Yoga sind nicht erforderlich

neurotunes.com

neurotunes
BEWUSST SEIN

Entfalte dein Selbst

Yoga-Sommerretreat mit Karl Edy

YOGA

14. bis 20. Juli 2024

TamanGa – Gamlitz
Südsteiermark/Österreich

neurotunes.com

Yoga-Sommerretreat

Entfalte dein Selbst

14. Juli bis 20. Juli 2024

TamanGa – Gamlitz

YOGA

SIVANANDAYOGA MIT KARL EDY

Yoga erweist sich nicht nur als zeitgemäße Rezeptur um den Alltag mit mehr Gelassenheit zu meistern, es zeigt auch den Weg für spirituelles Wachstum. Yoga ist für AnfängerInnen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet, individuelle körperliche Einschränkungen werden dabei berücksichtigt.

MEDITATION MIT NEUROMUSIK

Meditation hat eine bewusstseinserweiternde Wirkung und begünstigt spirituelle Entwicklung und körperliches Wohlbefinden. Durch Meditation kann man mit sich selbst in Kontakt treten und sich dabei wieder „finden". Neurotechnik unterstützt das Loslassen von Gedanken, der Geist wird dadurch frei.

TRANSZENDENTES ATMEN

Transzendentes Atmen ist eine intensive Methode, um die persönliche Weiterentwicklung zu unterstützen. Dabei tritt man in Erfahrungsbereiche ein, die dem täglichen Bewusstsein sonst nicht zugänglich sind. Blockaden, sowie unverarbeitete Ereignisse der persönlichen Lebensgeschichte können dadurch gelöst und verarbeitet werden. Bisher blockierte Lebensenergie wird freigesetzt.

TRANCETANZEN: 5-RHYTMEN© MIT STEFANIA KREGEL

Das Bewegen des Körpers in diesen Rhythmen öffnet das Herz und befreit den Geist. Dadurch kommt man mit dem Wesen der Seele als Quelle der Inspiration in Verbindung.

FEUERRITUAL

Das Feuerritual dient der Lösung alter, einschränkender und hinderlicher Elemente unseres Lebens. Wir übergeben dem Feuer was wir nicht mehr brauchen und schaffen dadurch Raum für Neues.

neurotunes.com

Entfalte dein Selbst

Yoga-Sommerretreat mit Karl Edy

TamanGa Seminarzentrum

AUSSTATTUNG

Badeteiche, Sonnenliegen, Sauna

VERPFLEGUNG

biologisch, vollwertig, vegan und überwiegend glutenfrei

ZIMMERKATEGORIEN

Einzelklause: EUR 130 p.P. inkl. Verpflegung
Doppelklause: EUR 105 p.P. inkl. Verpflegung
Doppelzimmer als EZ: EUR 140 p.P. inkl. Verpflegung
Doppelzimmer als DZ: EUR 117 p.P. inkl. Verpflegung

ANMELDUNG UND INFORMATION

neurotunes Bewusst Sein
+43 1 8103943
bewusstsein@neurotunes.com
neurotunes.com

ZIMMERBUCHUNG

TamanGa
+43 3453 33 600
office@tamanga.at
tamanga.at

neurotunes.com