



## Yogareise

Andalusien 12. bis 19.07.2020

### „Erwachen und Lebendigkeit“

Die Casa el Morisco ist ein paradiesischer Ort am andalusischen Mittelmeer – ein Ort für Lebendigkeit und Fülle. Sie können dort über Chakrenmosaiken laufen, in der Hängematte baumeln oder im Meerwasserpool chillen. Über den gesamten Tag steht Ihnen eine sattvige Kost für Ihr leibliches Wohl zur Verfügung – vegetarisch, mit einem Schuss spanischer Würze.

Zwei erfahrene Yogalehrerinnen begleiten Sie mit einer Kombination aus Hatha- und Kundalini Yoga auf der Reise zu sich selbst. In einer vierstündigen Yogapraxis werden Sie Ihrem ganz persönlichen Wachstum begegnen.

Sanfte und kraftvolle Übungen aus der Hatha Yoga Praxis wechseln sich mit dynamischen Kundalini Yoga Übungsreihen ab. Harmonisierende Klänge und tiefgreifende Meditationen umrahmen die tägliche 4- stündige Yoga Praxis.

Es ein Weckruf an Ihre Lebendigkeit, welchen Sie durch die Kraft von Yoga, Sonne und Meer spüren werden.

**Unterkunft:** Casa El Morisco, Benajárfate (Nähe Malaga), Spanien:  
[www.casaelmorisco.com](http://www.casaelmorisco.com)

**Preise:** Seminarpreis: 300,00 €  
Unterkunft: 650,00 € (incl. Vollpension, Getränke und Flughafen-Shuttle)

**Anmeldung:** Einzelzimmerzuschlag: 105,00 – 150,00 € (größenabhängig)  
Elfriede Motschmann: [elfriede.motschmann@t-online.de](mailto:elfriede.motschmann@t-online.de)

**Seminarleitung:** Rosemarie Wörseck [www.heilkunst-yoga.de](http://www.heilkunst-yoga.de)  
Elfriede Motschmann [www.yoga-praxis-motschmann.de](http://www.yoga-praxis-motschmann.de)

