

Zypern



- ✓ Gastfreundschaft der Zyprioten erleben
- ✓ Yoga üben und zu sich selbst finden
- ✓ Ursprüngliche Bergdörfer im Mittelmeer

Yoga-Urlaub mit
Rosemarie Worseck

16.10.2021
bis
23.10.2021



DURCH HATHA-YOGA INNERE WEITE ERFAHREN

Ausrichtung und Stabilität aus dem Hatha-Yoga werden mit Elementen aus dem Anusara-Yoga kombiniert. So erschließt sich eine neue Welt der Sicherheit in Ihrem Körper. Das Verständnis einer Yoga-Haltung verbindet sich mit Freude und Freiheit in der Ausführung zu einer hingebungsvollen Praxis. Ihr Geist wird so ruhig wie die Oberfläche eines Sees, auf dem kein Wind eine Welle verursacht. Dieser Frieden erlaubt Ihnen, Ihr Herz zu öffnen und sich der Erfahrung hinzugeben. Vielleicht können Sie die Weichheit und die Weite Ihres Herzens spüren – geschützt und ohne Leistungsanspruch. Gemeinsam mit Gleichgesinnten wiederholen Sie die Bewegungsabläufe, sodass Sie das Gelernte mit in den Alltag nehmen können. Meditation und Mantras begleiten den Prozess in dieser wundervollen Umgebung. „Wer sich im Yoga übt, wird von Schmerz und Kummer befreit, er lebt sein Leben in ganzer Fülle und echter Freude.“ (B.K.S Iyengar)

Bei einem kleinen Spaziergang durch die engen Gassen des idyllischen Bergdörfchens Tochni erkunden Sie Ihren Wohnort für die nächsten Tage.

Wussten Sie, dass die Liebesgöttin Aphrodite auf Zypern geboren sein soll? Diese und viele weitere Legenden tummeln sich um die geschichtsträchtige Mittelmeerinsel. Tauchen Sie ein in die Kultur und Traditionen der Zyprioten!

Ihre persönliche Ansprechpartnerin bei NEUE WEGE

Carina Sesterheim, +49 2226 1588-102, c.sesterheim@neuewege.com

Ihre Kursleitung: www.neuewege.com/rosemarieworseck

REISETERMIN

16.10.2021 - 23.10.2021

PREIS

ab 850,- €

REISELAND

Zypern, Südzypern

UNTERKUNFT

Cyprus Villages

MEHR INFOS

www.neuewege.com/1CYH0108



IHRE KURSLEITUNG

Rosemarie Wörseck

Rosemarie Wörseck, Heilpraktikerin und Yogalehrerin, ausgebildet in Deutschland, Sri Lanka und Indien, unterrichtet atembetontes Hatha-Yoga und verbindet dabei Naturheilkunde mit therapeutischem Yoga.