



11. – 15. August 2017
MONDSEELAND

Salzkammergut

Meditatives **YOGARETREAT**

mit **Florian Palzinsky**

YOGA
 & MEDITATION

Dieses **SOMMER-RETREAT** ist sowohl für **ANFÄNGER** als auch **ERFAHRENE**, um den ganzheitlichen Aspekt von **Meditation & Yoga** zu erfahren und zu vertiefen. Dabei geht es um eine spirituelle Entfaltung, die mit Körper-, Atem- und Entspannungs-Übungen vertieft, und durch philosophische und gesundheitlichen Themen ergänzt wird.

Florians lebendiger Unterricht bietet Inspirationen für eine weiterführende Selbstpraxis. Bei Schönwetter wird der Garten am Mühlenbach für die Praxis genutzt.

Florian ist seit 2004 international ausgebildeter Yoga- & Meditations-Lehrer; vorher war er 12 Jahre buddhistischer Mönch in Asien.

Daniela Wolff wird das Retreat mit vegetar. Bio-Energieküche bereichern. www.danielawolff.com



OEDMÜHLE

Kasten 31, 4893 Zell am Moos
 Die 500 Jahre alte, von Wiesen und Bächen umgebene Mühle liegt im Alpenvorland nahe dem Irrsee.

KOSTEN: Unterricht € 320
 5 Mittagessen, Getränke, Snacks € 90
 Zimmer-Infos: www.mondsee.at

ZEITEN: FR – MO 9 - 17:30 Uhr
 DI: 9 – 14:00 Uhr

INFOS & ANMELDUNG
www.yogaundmeditation.at
www.millretreats.at
 Gabi Weisshaar: + 43 699 10121706
gabi@yogaundmeditation.at