



V I B R A T I N G S U M M E R H E A R T R E T R E A T

A B L A U F

Donnestag: Check in 14:00

17:30-19:30: Begrüßungskreis und Yin Yoga

20:00 Abendessen

Freitag:

8:00-9:30 Yin Yoga

9:30-10:00 Frühstück, danach Leisure time, (Massage oder Hypnosesitzung möglich)

18:00-19:30 Yang Yoga

19:30-21:00 Abendessen

21:00: Tanz DJ

Samstag:

8:00-9:30 Yang Yoga

9:30-10:00 Frühstück, danach Leisure time (Massage oder Hypnosesitzung möglich)

18:00-19:30: Yin Yoga

19:30-21:00 Abendessen

21:00: Tandava

Sonntag:

8:00-9:30: Yoga

9:30-10:00 Frühstück, danach Check out: 11:00

B E S C H R E I B U N G

Hast du Lust den Sommer 2022 in einem magischen Ort mit Gleichgesinnten zu verabschieden?

Kommt, lasst uns die Kunst der Einheit zelebrieren und miteinander Schwingen. Lasst uns unsere Energien, die aus der Einzigartigkeit der Diversität entstehen, sich gegenseitig befruchten zu einer Einheit unserer Gemeinschaft.

Wir bieten Dir mit unserem einzigartigen Yoga-Retreat die Möglichkeit deinem Selbstaussdruck freien Lauf zu lassen und gleichzeitig deinen persönlichen Rückzug zu genießen. All dies in einem mythologischen Königreich (Seminarort ‚Shambala‘) in den Hängen von Kabak Beach in Fethiye mit einem wundervollen Blick auf das Meer und die Badebucht, wo deine Seele baumeln und all dein Stress gehen darf.

In diesen vier intensiven Tagen wollen wir gemeinsam mit dir die Vielfalt des pulsierenden Lebens zelebrieren und uns mit einem hingebungsvollen „Ja“ der Schönheit des Lebens darbieten. Alles was sich zeigt, alles was auftaucht in unserem Inneren und wieder auflösend in den Kosmos zurückkehrt ist eine göttliche Kreation. In den tantrischen Traditionen heißt es, dass ALLES göttlich ist.

Herzöffnende Anusara-Yogastunden, meditative Rendezvous mit dem eigenen Sein im Yin-Yoga, pulsierende Kraftyogastunden und sinnlicher Instatic Dance zeigen Dir wie vielfältig Yoga praktiziert und verinnerlicht werden kann. Es bleibt genügend Raum, um alle Impulse zu integrieren, sich allein mit sich zu spüren oder mit anderen die Zeit am Strand zu genießen.

Darüber hinaus gibt es in der freien Zeit die Möglichkeit, mit Jamila den Yoga of touch zu erleben, eine Massageform, welche dich einfach nur tiefenentspannt schweben lässt. Und Hypnose Sitzungen mit Cigdem um deine beste Version in dein Bewusstsein zu holen und anzufangen dein Leben aus deiner unerschöpflichen Fülle zu leben.

L E H R E R I N N E N

Cigdem:

Yogalehrerin

ganzheitliche Ernährungs- und Gesundheitsberaterin

Hypnose- und Meditationscoach

<https://natuerlich-ganzheitlich-gesund.de/programm/>



Jamila:

Yogalehrerin mit langjähriger Praxiserfahrung

Buteyko Atemlehrerin

tantrische Körperarbeit und Meditation

[Mehr auf meiner Webpage](#)



ORGANISATORISCHES

Anreise selbstorganisiert, Transfer kann organisiert werden, Yoga Ausstattung bitte mitbringen, Essen regionale Produkte, vegetarisch, nach Anfrage auch vegan, Allergien (bitte rechtzeitig informieren), Halbpension, Extras sind über das Hotel mit Karte zahlbar. Es besteht die Möglichkeit zu verlängern und seinen Urlaub im Shambala auszudehnen. Hierfür bitte direkt mit dem Hotel Kontakt aufnehmen.

PREISKATEGORIEN

Kategorie 1, 3er Zimmer

350€ /Einzelbelegung 570€

Kategorie 2, 3er Zimmer

360€ /Einzelbelegung 600€

Kategorie 3, 2er Zimmer

420€ /Einzelbelegung 700€

Rücktritt: bis 4 Wochen vor Beginn: 40% des Betrags wird eingehalten, innerhalb 4 Wochen wird der volle Betrag fällig.