

YOGAWOCHE - INNERES LICHT

21. - 26.11.2021

mit KARINA WAGNER

STOCK 
feeling



Sanftes Herzyoga, Meditation, Stille und Besinnung
in der Vorweihnachtszeit.

Wenn die Tage kurz und voll von Hektik und Stress sind, ist es ein unschätzbar wertvolles Geschenk an sich selbst, sich eine Pause zu gönnen – und sich dem inneren Licht zuzuwenden. Karina Wagner gibt Ihnen mit Yoga, Meditationen, Atemübungen und Gedankenimpulsen genau die Werkzeuge in die Hand, die Ihnen den Weg zum lichtvolleren Dasein öffnen können. Lernen Sie, Ihr inneres Licht zu aktivieren und strahlen zu lassen, denn so ziehen Sie immer mehr Licht und Liebe in Ihr Leben. Diese Yoga- und Meditationswoche ist Ihre Gelegenheit, sich selbst und die Welt besser zu verstehen, besser zu erkennen und besser formen zu lernen. Damit Sie die Geschenke, die Ihnen gegeben wurden, auch mit ganzem Herzen in die Welt bringen können. Erinnern Sie sich in dieser Hitwoche an Ihre Einzigartigkeit und an all die Wunder, die in Ihrem Leben auf Sie warten.



SO, 21.11.2021

21.00 Uhr

Come together mit Begrüßung in der Kaminlounge

MO, 22.11.2021

08.30 - 09.15 Uhr

Sanftes Herzyoga des Ankommens und Licht-Meditation

16.00 - 17.00 Uhr

Tibetisches YOGA DES HERZENS

17.00 - 17.30 Uhr

Tibetische Mantra-Meditation

DI, 23.11.2021

08.30 - 09.15 Uhr

Sanftes Herzyoga und Licht-Meditation

13.00 - 14.00 Uhr

Das Wunder des bewussten Atmens

16.00 - 17.00 Uhr

Kundalini Yoga: Inneres Licht erwecken

21.00 - 21.30 Uhr

Tibetische Licht-Meditation

MI, 24.11.2021

08.30 - 09.15 Uhr

Goldenes Chi Gong – Licht und Verjüngung

16.00 - 17.00 Uhr

Mundra und Vinyasayoga - Herzenslicht

17.00 - 17.30 Uhr

Geführte Chakra-Meditation zur Heilung

DO, 25.11.2021

08.30 - 09.15 Uhr

Kundaliniyoga – Neue Lebensenergie

16.00 - 17.00 Uhr

Tibetisches YOGA DES HERZENS

17.00 - 17.30 Uhr

Licht-Meditation der Drüsen

FR, 26.11.2021

08.30 - 09.15 Uhr

Sanftes Herzyoga und Licht-Meditation

11.30 - 12.45 Uhr

Kundalini Yoga des Lichtes und Schönheit und Abschlussmeditation



UNSER ANGEBOT

5 Übernachtungen inklusive Wellness - Verwöhnepension, allen Stock Inklusivleistungen, dem Wochenprogramm und allen Einheiten.

ab € 1.300,- KDZ Penken
(Preise pro Person und Aufenthalt)
(Begrenzte Teilnehmerzahl)

(Pauschale in allen Kategorien buchbar,
Programm- und Preisänderungen vorbehalten.
Leistungen nicht abwandelbar oder bar auslösbar!)

STOCK resort
6292 Finkenberg 142
Zillertal / A

t: +43 . 5285 . 6775
e: urlaub@stock.at
w: stock.at