

Auszeit

auf der Insel

»Ich setzte den Fuß in die Luft –
und sie trug.«

Hilde Domin



PRAXIS FÜR
AYURVEDISCHE
HEILKUNST

Auszeit auf der Insel

Der Duft der Freiheit

4-Tages-Retreat mit Yoga, Meditation und Übungen der Achtsamkeit (MBSR/MSK)

Das Gefühl echter Freiheit verspüren und dem Leben Leichtigkeit verleihen ... wie stellt man dies an, wenn wir in Verantwortung und Notwendigkeit eingebettet sind? Während der vier Herbsttage auf der Fraueninsel im Chiemsee werden wir uns im Gewahrsein üben. Denn taucht man in diesen besonderen Zustand ein, trägt er uns in einen Raum der Klarheit und des friedvollen Loslassens.

Auszeit auf der Insel

Zeit: 30. September bis 3. Oktober 2021

Ort: Kloster Frauenwörth (Chiemsee)



Kursleitung: Inga Mayer

Heilpraktikerin · Ayurveda-Therapeutin
körperorientierte Psychotherapeutin
zertifizierte MBSR-Lehrerin · MSC-Lehrerin

Mehr Informationen und Anmeldung unter

Email: info@ayurvedische-heilkunst.de

Telefon: 089-29 16 37 91

www.ayurvedische-heilkunst.de



PRAXIS FÜR
AYURVEDISCHE
HEILKUNST