

Erleben Sie ein kleines Mini-Yoga-Retreat in der Silvretta Therme!

RELAX YOU BODY, MIND AND SOUL

18.00 - 19.30

Entspannen Sie bei einer sanften Yin Yoga Einheit, angeleitet von der einfühlsamen und wundervollen Lisa Pendl. Eingerahmt und begleitet von magischen traditionellen Mantras, gesungen von der kraftvollen und inspirierenden Verena Pötzl.

21.00 - 22.30

Tauchen Sie ein in die schwingende Welt des Kirtans! Es erwarten Sie Körper- und Stimmübungen, gemeinsames kennenlernen und singen eines Mantras und als Abschluss ein tiefgehendes Soundhealing. Einfach Augen zu, fallen lassen und die aufgebaute Energie im Körper genießen!

ALLE SIND HERZLICH WILLKOMMEN, OB BEGINNER ODER FORTGESCHRITTEN

EINE EINZIGARTIGE GELEGENHEIT, KÖRPER UND GEIST ZU VERBINDEN, LOSZULASSEN UND KRAFT ZU TANKEN!