

Seminar- informationen:

Kosten für das Seminar

08.05.-15.05.2021
incl. VP und UK
im Doppelzimmer
(Einzelzimmerzuschlag 10,00€/Tag)
Wasser/Tee während dem Seminar,
Saunabnutzung, Kurtaxe und
Regionskarte, historische Führung
durch Bad Bleiberg

995,00€

Entspannungsanwendungen siehe unter
www.hotel-vital.at

Bei Anmeldung 300,00€
Restzahlung bis 08.02.2021

Begrenzte Teilnehmerzahl
Platzvergabe nach Eingang der
verbindlichen schriftlichen Anmeldung
Anmeldeschluss 29.01.2021

Stornogebühren:

Abmeldung bis 08.03.2020 250,00€
Abmeldung bis 08.04.2020 500,00€
Danach keine Rückerstattung des
Seminarpreises.

Das Seminar beginnt am Samstagabend mit dem
gemeinsamen Abendessen und endet am darauf
folgenden Samstag mit dem gemeinsamen Mittag-
essen.

Evtl. Zimmerbuchungen vor und nach dem Seminar
sind möglich. Bitte vorab direkt im Hotel.

DOZENTINNEN



Birgitta Willhaus

Yogalehrerin (SKA)
seit 1993

Eigene Kurse für
Anfänger und
Fortgeschrittene

Examinierte
Gesundheitspflegerin



Jahin Gehl

Heilpraktikerin
in eigener Praxis
seit 2012

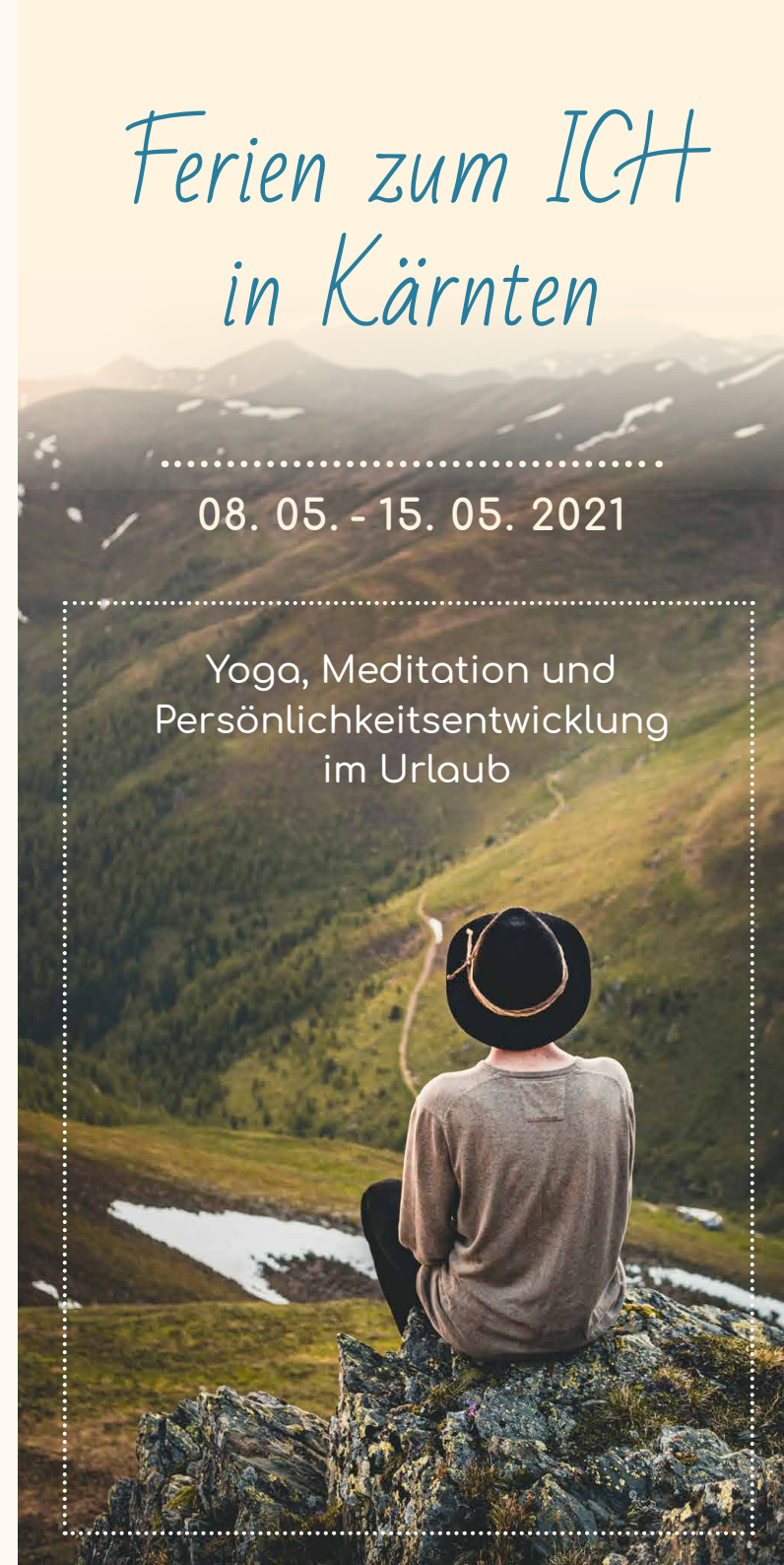
Meditationslehrerin
(OIMC Pune, Indien)

Veranstaltungsort:
Hotel Vital Bad Bleiberg
www.hotel-vital.at

Ferien zum ICH in Kärnten

08. 05. - 15. 05. 2021

Yoga, Meditation und
Persönlichkeitsentwicklung
im Urlaub



YOGA

Den eigenen Körper durch das kraftvolle Yoga nach Iyengar neu zu entdecken, ihn durch dehrende Yoga-Asanas zu vitalisieren und zu energetisieren, führt zu mehr Beweglichkeit und harmonisierender Ausgeglichenheit.

Herzöffnende Übungen begleiten und unterstützen die zu unserer Mitte führenden Meditationen.

MEDITATION

Meditation ist ein Zustand innerer Ruhe, der jenseits des Verstandes allen Funktionen des Organismus ermöglicht, optimal ablaufen zu können. Dies ermöglicht uns, uns selbst wieder bewusster wahrnehmen zu können.

Das Seminar erfordert keinerlei Vorkenntnisse. Spezielle Übungen und angeleitete Meditationen ermöglichen es jedem, Einblicke in die Wirkung von Meditation zu erlangen



BAD BLEIBERG

Bad Bleiberg liegt in einem Thermenhochtal im Bezirk Villach - Land in Kärnten, nahe der Grenzen zu Slowenien und Italien. Es ist das traditionsreiche Zentrum eines jahrhundertelangen Bergbaues, wovon an die 260 Schrägstollen - so mancher gar 1000 Jahre alt - noch zeugen.

Auch 2 staatlich anerkannte natürliche "Heilklimastollen" befinden sich im Tal, die vor allem bei Allergien, Asthma und anderen Lungenerkrankungen zu empfehlen sind. Das Tal lädt zu vielen unterschiedlichen Wandertouren ein.

HOTEL VITAL

Das Hotel liegt auf 920m Höhe im Naturpark "Dobratsch" und wird in der 2. Generation als Familienbetrieb geführt. Besonderen Wert legt Familie Lutz auf den persönlichen Service und eine ausgezeichnete Küche. Gemüse und Kräuter stammen größtenteils aus dem eigenen Garten und regionale Produkte sind wichtiger Bestandteil der täglich frisch zubereiteten Menüs. Das Hotel ist "Genussland Kärnten Partner".

Für die Entspannung zwischen den Seminarteilen ist im Hotel mit Sauna und verschiedenen Massageangeboten gesorgt.

Mehr Informationen zum Hotel Vital unter:
www.hotel-vital.at

