

Yoga & Trommeln

in Andalusien 8. - 15. April 2018



Yoga und Trommeln verbindet ... die Stille mit Lebendigkeit

Wir lernen das Lauschen: auf den Vogel, das Wasser, den Körper, die Trommel, auf Einander. Erst dann kann Yoga fließen, kann Rhythmus und „Groove“ entstehen. Wir und die Teilnehmer, die schon im Seminar waren finden es eine wunderbare Kombination. In der Mitte liegt die Kraft.

Du erlebst wie Rhythmus entsteht, dich beschwingt und im gemeinsamen Spiel mit anderen auf natürliche Weise verbindet. Das Trommeln einfacher und spannender Rhythmen begeistert und vernetzt die beiden Gehirnhälften.

Ein fließendes Yoga mit Raum für Experiment, Humor und Stille verwöhnt deinen Körper und deine Sinne.



„Wir verbringen viel Zeit im Fluss unserer Gedanken und verlieren dadurch jede Menge Lebenskraft. So wird unser Leben allmählich eine anstrengende Angelegenheit, statt einer inspirierenden Gelegenheit. Wir sind sehr hartnäckig und so wird unser Nacken hart, der Rücken steif, das Herz eng... Die Liebe fast vergessen.

Lasst uns den Bezug zur Erde und Himmel wieder herstellen, zur Natur, zu uns und ändern. Lasst uns den Körper wieder mit seiner Seele verbinden.“ *Mariella*



„Rhythmus ist eine Sprache – jenseits von Worten – die jeder Mensch, unabhängig von Alter und Herkunft nutzen kann, um Vitalität, Lebensfreude und Präsenz zu erfahren. Rhythmus ist eine Urkraft, die wir schon als Ungeborene im Mutterleib erfahren -- angeschlossen und ungetrennt.“ *Ranvita*

Seminarzeiten:

8.00 -10.00 Uhr: Yoga, danach Frühstück
11.30 -13.30 Uhr: Trommeln, Rhythmus
2 Abend-Veranstaltungen, zwischendrin Zeit für Wanderausflüge, Baden am Meer ...

Leitung:

Mariella Floris (www.yogaundseminare.com)
Ranvita Hahn (www.rhythmuswelten.de)

Seminarkosten:

für 1 Woche: € 350.-
Vollverpflegung: schmackhaftes vegetarisches Ganztags-Buffet, inkl. Getränke und Übernachtung im komfortablen Zweibettzimmer 625,- € (oder EZ mit Aufschlag 105,-/145,- €)
Kostenloser Flughafentransfer vom Flughafen Malaga zur Casa el Morisco.
www.casaelmorisco.com

