

## Leben im Sinne des Yoga und des Ayurveda

# Yoga Sommerwoche „Yin und Yang“ im Tessin

### Gönne Dir mit diesen Tagen eine Atempause ganz für Dich!

- ★ Du erlebst die beruhigende und stärkende Wirkung von Yoga und Meditation.
- ★ Du geniesst feine Tessiner Küche.
- ★ Du kannst auftanken in einer kraftvollen Atmosphäre.

Wir leben in einer Welt der Dualität. Tag und Nacht, Ebbe und Flut, Männlich und Weiblich. Diese Kräfte wirken innen wie aussen. In dieser Woche bieten wir dir die Gelegenheit, die Gegensätze zu harmonisieren und dir Raum zu geben, um deine Mitte zu finden.



Seminarbeginn: **Sonntag, 17. Juni 2018 um 16.45 Uhr**  
Seminarende: **Samstag, 23. Juni 2018 um 12.00 Uhr**  
Kursort: **Casa Santo Stefano, 6986 Miglieglia**  
Kurskosten: **CHF 550.00 (Frühbucherrabatt bis 31. Januar 2018 CHF 50.00)**

Unterkunft: **Bitte selbständig und rechtzeitig direkt buchen bei Casa Santo Stefano, Tel. +41 91 609 19 35, je nach Kategorie EZ (beschränktes Kontingent) ab CHF 95.00 pro Nacht. Inkl. reichhaltigem Brunch, vier Nachtessen im Haus. Obst, Kuchen, Tee und Kaffee in der Pause.**

Anmeldung und Auskunft: Renata Kaufmann, [info@yogavita.ch](mailto:info@yogavita.ch), +41 41 933 36 24



Mehr Informationen zu Renata und Mark findest Du auf der jeweiligen Webseite.  
Zur Unterkunft unter [www.casa-santo-stefano.ch](http://www.casa-santo-stefano.ch)