

DARÜBER-HINAUS

Anusara Retreat mit UTE FISCHER

Certified Anusara® Yoga Teacher

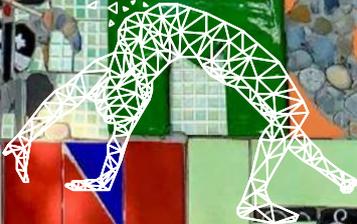
in

CIPRESSA

26.12. 2019

-

01.01.2020



In der Villa Biener begrüßen uns Judith und Carlo, dort werden wir im Atelier der Künstler Yoga ringsherum erkunden. Der klare weite Blick aufs Meer, lässt uns ein dahinter und darüber hinaus erahnen.

Über den Körper kommen wir den gedanklichen Strukturen näher, die häufig als Schwellenhüter in Form von Ängsten und Zweifel die Weite und Stille verhindern, unsere Wahrnehmung verkleinern und limitierten, um in der Meditation in die Räume dazwischen und dahinter einzutauchen. In Momenten, in denen wir uns SELBST ein Stück näher kommen, erfahren wir Freude und Glück, die nicht mehr vom außen abhängig sind und tragen, weit darüber hinaus.

Ort/Buchung Zimmer

Villa Biener
Via Avv. M Fossati 80
18017 Cipressa (IM)

EZ 35 €
DZ 50 €
Atellier (3 Personen) 100 €

judith.toroke@alice.it
+39 348 0050238
www.villabiener.com



Anmeldung/Info

Ute Fischer
Certified Anusara®
Yoga Teacher
info@utefischer-yoga.de
0173/3154041

Energieausgleich
Yogaanteil 390 €

www.utefischer-yoga.de



Leben in Cipressa

Appartments auf den gängigen
Plattformen zu finden.

Flughafen Mailand 290 km
Flughafen Nizza 70 km
Bahnhof Imperia 15 km

Essen/Trinken

Buona Vita

www.cipressa.com



Auf der Matte

27.12. - 31.12.2019

8.³⁰-11.⁰⁰ Morgenpraxis
16.³⁰-18.³⁰ Abendpraxis

Yogaerfahrung erwünscht.
Unterrichtssprache deutsch.

Änderungen vorbehalten, je nach
Wetterlage werden wir an unter-
schiedlichen Kraftorten praktizieren
und in den Sonnenuntergang medi-
tieren.

Am Montag den 30.12. findet keine
Abendpraxis statt.

Mahlzeit

11.⁰⁰-12.⁰⁰ gemeinsames
Frühstück/Brunch
(pro Tag 10 €)

Silvesterabend: gemeinsames Menü
(30 € pro Person inkl. Getränke)

Neben der Matte

Neben der Yogapraxis finden wir Zeit
die Gegend zu erkunden, Spaziergän-
ge am Meer und in den Bergen, die
Provinzhauptstadt Imperia lädt neben
Nizza, Cannes und San Remo zum Ent-
decken und Verweilen ein.

