

Indonesien



- ✓ Bali Highlights rund um Ubud entdecken
- ✓ intensiv Yoga üben und am Meer entspannen
- ✓ Nyepi - den balinesischen Tag der Stille - hautnah miterleben

Yoga-Urlaub mit
Britta Sattig



YOGA & BALI - GLÜCK UND LEBENSFREUDE PUR

Die Magie der Insel wird Sie schnell ergreifen: mit ihren sanften freundlichen Menschen, der kraftvollen, strahlenden Natur, den Düften und der Spiritualität, die hier spürbar ist. Kombiniert mit ebenso sanftem, kraftvollem und buntem Yoga, wird diese Reise für Sie ein tiefgreifendes Erlebnis werden.

In den Yogastunden kommen Sie zur Ruhe und tanken Kraft. Beim Entspannen kann das Erlebte verinnerlicht werden. So vielfältig und exotisch wie die Insel wird Ihr Luna-Yoga sein: Der Mond- und Planetengruß regt Ihren Kreislauf an, die Mond- und Sonnenatemübungen vertiefen den Atem, der Kolibri weitet Ihr Herz, der Paradiesvogel entlockt Ihnen Experimentierfreude und der Hermelin schafft Geschmeidigkeit und Kraft. Und über das „Fröhliche Fischli“ freut sich die Wirbelsäule, um nur einige Übungen zu nennen, die lustvoll erforscht werden wollen.

Meditationen vertiefen Ihre Erlebnisse und lassen bei Ihnen Ruhe und Frieden als ständige Wegbegleiter einkehren.

Sie lassen Ihren Blick neugierig über spektakuläre Reisterrassen schweifen, nehmen ein spirituelles Bad in einer heiligen Quelle mitten in der Natur und lauschen dem friedlichen Meererauschen beim Yoga-Unterricht unter Palmen.

Ihre persönliche Ansprechpartnerin bei NEUE WEGE

Sarah Obels, +49 2226 1588-203, s.obels@neuewege.com

Ihre Kursleitung: www.neuewege.com/brittasattig

REISETERMIN

PREIS

REISELAND

Indonesien, Bali

UNTERKUNFT

Holiway Garden Resort

MEHR INFOS

www.neuewege.com/OIDH1401



IHRE KURSLEITUNG

Britta Sattig

Britta Sattig ist Luna-Yogalehrerin (auch Faszien-, Yin-, Heil-Yoga) und Meditationsleiterin. Mit Freude und Herz bietet sie Raum, die vielfältigen positiven Wirkungen des Yoga leicht und lustvoll zu erfahren.