



YOGA & NATURE EXPERIENCE

2 NÄCHTE / 3 TAGE

Preis pro Person im Doppelzimmer/Seewinkel ab € 385,-

Buchbar zwischen **22.03.2019 und 24.03.2019** sowie **28.06.2019 und 30.06.2019** auf Anfrage und nach Verfügbarkeit.

FREITAG: Anreisetag

17:30-19:00 „Ankommen“ - Aadi Yoga

Individuelles Abendessen im Restaurant St. Martins bis 21:00

SAMSTAG: 7:00-9:00 „Atmen“ – Mantras, Meditation, Asanas

Frühstück im Restaurant St. Martins bis 11:00

Time to Relax: Z.B. Aqua-Yoga laut Programm, Treatments,...

14:00-16:00 Achtsamkeits-Safari in den Nationalpark Neusiedler See -

Seewinkel mit St. Martins Ranger & Yoga-Trainer

Time to Relax: Z.B. Aqua-Yoga laut Programm, Treatments,...

17:30-19:30 Abend-Yoga inklusive „Re-Experience“ der Safari
(Meditation & Fantasiereise)

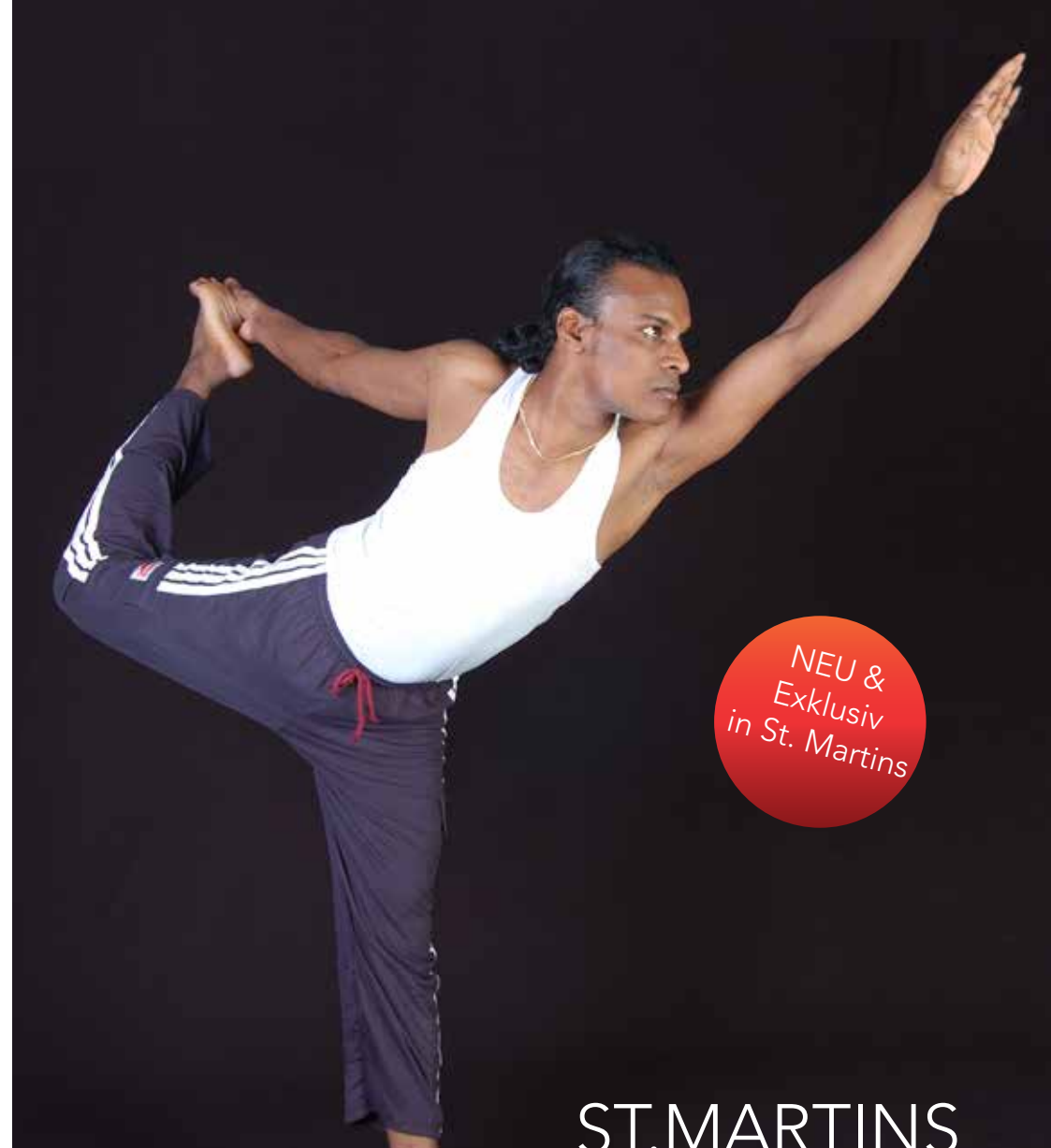
Individuelles Abendessen im Restaurant St. Martins bis 21:00

SONNTAG: Abreisetag (check out bis 12:00)

07:00-09:30 Yoga & Abschluss-Meditation

Frühstück im Restaurant St. Martins bis 12:00

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen unter der Telefonnummer +43 (0)2172/20 500 oder unter safari@stmartins.at zur Verfügung. www.stmartins.at



NEU &
Exklusiv
in St. Martins

ST.MARTINS

THERME  LODGE

PACKAGEANGEBOT

Yoga & Nature Experience

Die Lodge der:

VAMED
VITALITY
WORLD

the
relaxing
way
of life



YOGALEHRER P. SENTHILKUMAR

MASTER OF YOGA M. Y.

Ruhe und Entspannung für Körper und Seele finden durch die Kombination von Naturerlebnis und Yoga!

„What is better than the connection between inner retreat in yoga and nature experience outside to find peace and relaxation for body and mind. Discovering and experiencing the unique beauty of nature in a state of yogic relaxation that makes us feel more connected to ourselves and the other living beings that inhabit this planet with us...“

Werdegang & Erfahrung:

- Yoga-Ausbildung in Kalaskshetra bei G. Mahendran PhD
- Fortgeschrittenen-Unterricht bei Sri. Srivatsa Ramaswami in Chennai, Indien.
- Yogaausbildungen & Fortgeschrittenen-Yogalehrerausbildung im International Sivananda Yoga Vedanta Centre, Chennai und Kerala in Indien.



Allgemeine Informationen zu den Yoga-Einheiten:

Die Unterrichtssprache ist Deutsch und teilweise leicht verständliches Englisch. Die Yoga-Ausrüstung stellen wir gerne während des Aufenthalts zur Verfügung. Die Achtsamkeitswanderung und - bei drei Nächten Aufenthalt - das Lagerfeuer finden draußen statt, bitte der Witterung entsprechende Outdoorkleidung und feste Schuhe einpacken. Die Yoga-Einheiten können in der warmen Jahreszeit zum Teil ebenfalls Outdoor stattfinden. Bei der Anreise erhalten Sie einen detaillierten Ablauf-Plan und persönliche Unterlagen zu den Themenfeldern der Yoga & Nature Experience Tage!

Alle Preise verstehen sich inkl. aller Steuern und Abgaben pro Person/Package;
Exkl. € 1,50 Ortstaxe pro Person/Nacht.

YOGA & NATURE EXPERIENCE

Extreme Package

3 NÄCHTE / 4 TAGE

Preis pro Person im Doppelzimmer/Seewinkel ab € 550,-

Buchbar zwischen **16.05.2019** und **19.05.2019** auf Anfrage und nach Verfügbarkeit mit folgendem Ablauf:

DONNERSTAG: Anreisetag

17:30-19:00 „Ankommen“ - Aadi Yoga

Individuelles Abendessen im Restaurant St. Martins bis 21:00

FREITAG: 7:00-9:00 „Atmen“ – Mantras, Meditation, Asanas

Frühstück im Restaurant St. Martins bis 11:00

Time to Relax: Z.B. Aqua-Yoga laut Programm, Treatments,...

14:30-16:30 Achtsamkeits-Safari in den Nationalpark Neusiedler See -

Seewinkel mit St. Martins Ranger & Yoga-Trainer

17:30-19:30 Abend-Yoga inklusive Re-Experience der Safari – Meditation

Individuelles Abendessen im Restaurant St. Martins bis 21:00

SAMSTAG: 7:00-9:00 „Atmen“ - Mantras, Meditation & Asanas

Frühstück im Restaurant St. Martins bis 11:00

Time to Relax: Z.B. Aqua-Yoga laut Programm, Treatments,...

15:30 - 17:30 Uhr Yoga-Einheit

Individuelles Abendessen im Restaurant St. Martins bis 21:00

20:00 - 21:30 beim Lagerfeuer: Trommeln-Tanzen und Meditation

SONNTAG: Abreisetag (check out bis 12:00)

7:00-9:30 Yoga & Abschluss-Meditation

Frühstück im Restaurant St. Martins bis 12:00