

WEGE WEBEN...

KÖRPER BEWUSST SEIN auf Santorini

07.06. - 14.06.2025

Stavros Beach Villas, Perivolos

Eine Entdeckungsreise zu Dir selbst... begleitet von Marion Bösch



Leben ist BEWEGung.

Unser Körper ist ein Wunderwerk. Er gibt uns ständig Signale.

Wenn wir diese wahrnehmen können – unsere innere Wahrheit fühlen – weist er uns unseren ureigenen Weg zu Gesundheit und Lebensfreude.

- Urlaub für Körper, Geist und Seele
- Yoga am Strand und an besonderen Plätzen
- Entspannung und Regeneration
- Meditationen
- Naturerlebnis - die Kraft der Elemente
- Viel Licht, weiter Horizont - und Meer...
- Gehen...
- Genuss und Lebensfreude

... auf der einzigartigen Vulkaninsel in der Ägäis.



Die Tage beginnen am Strand – mit Atemübungen und sanftem Yoga – wir begrüßen die Sonne und tanken neue Lebenskraft mit der wundervollen Energie des Meeres am Morgen (mit Meditation zum Sonnenaufgang ca. 2 Stunden). Der zweite Teil des Aktivprogrammes findet am späten Nachmittag bzw. gegen Abend ebenfalls im Freien statt – variierend mit Yoga-Asanas, bioenergetischen Übungen, Geh- und Naturmeditationen (ca. 2 Stunden). Ein Tag steht ganz zur freien Verfügung.

Im Fokus stehen nicht Fitness und sportliche Leistung – sondern vielmehr Erholung, Entschleunigung und Selbsterfahrung.

Einfach Sein – nichts tun, Strand und Meer, „Schweben“ über der Caldera, die Insel erkunden, stille Dörfer oder quirlige Hauptstadt, viel Zeit für sich selbst oder Geselligkeit in der Gruppe, genussvolles Essen, ein Glas Vinsanto... Freude am Leben...

bitte wenden...

REISEINFORMATIONEN:

Anreise und Unterkunft nach Anmeldung bitte individuell selbst buchen!

Seminarort / Unterbringung:

Stavros Beach Villas***, Perivolos, Santorini, Griechenland

Sehr einfaches Haus direkt am Strand, kleine Studios (Kühlschrank, Wasserkocher), Klimaanlage.

Teilweise Meerblick, Einzelzimmer ca. € 70,00, Doppelzimmer ca. € 100,00.

Frühstück und tagsüber Salate und Snacks im hauseigenen Bistro am Strand, mehrere Restaurants zu Fuss erreichbar.

Bushaltestelle in der Nähe; Autos oder Motorroller kann man vor Ort mieten.

Direktflüge Samstag ab Wien, AUA und RyanAir.

Reiseversicherung empfohlen!

Seminarbeitrag: € 320,00

Konto: IBAN AT97 2081 5018 0040 2974

Anmeldung bis Ende Jänner auf www.marion-boesch.at

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.

Details zum Programm nach Absprache vor Ort. Die KörperBewusstSeins-Übungen werden an individuelle Bedürfnisse und Befinden angepasst, es sind keine besonderen Erfahrungen oder Voraussetzungen notwendig. Anfänger und Yoga-Erfahrene sind herzlich willkommen. Die Teilnahme an den Übungseinheiten wird empfohlen, ist aber natürlich freiwillig. Die Bereitschaft zur vollen Eigenverantwortung ist erforderlich, mit Anmeldung und Bezahlung erklären sich die Seminar-teilnehmer*innen damit einverstanden!

Ich beantworte gerne weitere Fragen und freue mich auf unsere Inselzeit!

Namaste - Marion



BODY-MENTORING
Coaching und Training für Körper-Bewusst-Sein

Dr.phil. Marion Bösch
Mobil: +43 664 3356513
marion.boesch@icloud.com
www.marion-boesch.at