



**„Abschied – und Neuanfang“ zwischen den Jahren
Silvesteryoga mit Silvia Rodeck,
von Freitag 28.12.2018 bis Dienstag 01.01.2019**

Auch in diesem Jahr wieder das traditionelle „Silvester-Yoga im Fluss der Energie“
Im Übergang zwischen den Jahren verabschieden wir respektvoll das Alte und heißen das Neue in freudiger Vorahnung willkommen. Wir verbinden uns mit den Natur Elementen und gestalten die Brücke in das Neue Jahr, indem wir uns an die Quelle anschließen zu einer friedvollen ruhigen Einheit, zu einer Harmonisierung und für inneres Gleichgewicht.

Mit viel Erfahrung, Achtsamkeit und Humor ist dieses Yogaseminar von Silvia Rodeck begleitet „Yoga im Fluss der Energie.“ Silvia *vereint Sanftheit und Energie, Atem und Stimme, welcher dadurch zu einem besonderen Erlebnis wird.*

Sie unterrichtet seit über 22 Jahren Bewegung, Körperarbeit, Tanz, Stimme und Yoga und ist ausgebildet im Berufsverband der Deutschen Yoga-Lehrer.

www.basisyoga.de

Das Yoga beginnt dort, wo jeder Einzelne steht, ob Anfänger bis Erfahrene, es ist für alle geeignet, die ihre Praxis erweitern und ihre Achtsamkeit vertiefen möchten.

Mit diesem ausgleichenden und geschmeidig fließenden Yoga, kannst du in Frieden, mit Freude, Genuss und vielen Inspirationen einen krafttankenden Jahresabschluss und Neubeginn erleben.

Gerne könnt ihr **eure Partner/Partnerinnen mitbringen**, auch wenn sie nicht am Yoga teilnehmen.

Wir werden mit leckeren, vegetarischen und kulinarischen Köstlichkeiten über die Tage versorgt. Brunch und Abendessen

Freitag, 28.12. 2018: Anreise ab 15:30 / 16:00

Beginn: 17:00, eine wohltuende Yogastunde um anzukommen.

18:30: Abendessen / 20:15 – 21:00 gemeinsamer Ausklang.

Samstag und Sonntag: 9:00 – 11:00 Yoga... 11:15: Brunch - Natur und Stille genießen.

15:45: Yoga asana - pranayama - Meditation bis 17:45,

18:00: Abendessen - 20:00: Yoga Nidra (an einem der Tage)

Montag: 9:00 – 11:00 Yoga... - 11:15: Brunch - Natur und Stille genießen.

Silvestermenü ... Singen - Tanzen – Meditation und Feuerritual

Dienstag: Neujahrs-Yoga von 9:00 – 11:00 anschließend Brunch und Abreise 13:00

Wir wohnen in einem wunderschönen, **neuen Ferien und Seminarhaus** „Yogahaus am Stechlinsee“ mit komfortablen voll ausgestatteten Ferienwohnungen.

Dieses Haus lädt uns ein zum Ankommen und Innehalten, zur Ruhe kommen, die stille Weite genießen. In dieser heimeligen Atmosphäre können wir uns den Ausklang des Jahres friedlich gestalten.

Die Ferienwohnungen sind liebevoll und individuell ausgestattet mit eigener Küche. So könnt ihr euch Tee, Cafe, und einen kleinen Frühstücks-Snack selbst zubereiten.

**Eine Ansicht und Informationen findet ihr auf der
Homepage, www.yogahaus-stechlinsee.de info@yogahaus-stechlinsee.de**

Adresse: Stechlinseestr.1 / 16775 Stechlin / OT Neuglobsow

***Die Gesamtkosten betragen, 560,- inkl. MWSt. pro Person /
Frühbucherrabatt: Anmeldung bis 20. September 530,- /
Anmeldung bis 30. Oktober 545,- /// danach: 560,-***

Buchungen und Informationen, s.rodeck@basisyoga.de - www.basisyoga.de

Ich freue mich auf schöne gemeinsame Tage zum Jahresausklang und Neubeginn
im Yogahaus am Stechlinsee.

Namaste



Silvia Rodeck