

Yoga-Ferien auf Insel Samos - Griechenland

Silvia Rodeck unterrichtet
seit über 23 Jahren
Bewegung, Tanz,
Stimme und Yoga.

Ausbildung beim
BDY/EYU (Bund der
deutschen Yoga-Lehrer)

www.basisyoga.de



*„Silvia vereint ihren Yogastil (vinyasa flow)
mit Sanftheit und Energie, mit Atem und Stimme,
welcher dadurch zu einem besonderen Erlebnis wird.“*

yoga im Bewegungsfluss – vinyāsa-flow

Mit ausgleichenden und geschmeidig fließenden
Yoga, kannst du in Frieden, mit Freude und Genuss
und vielen Inspirationen eine krafttankende Yoga-
Ferienwoche erleben.



Griechenland - Insel Samos:



Yoga-Ferien auf Samos mit Silvia Rodeck

23.-30. Juli 2019

Yoga & Baden auf Samos



*Auf der griechischen Insel Samos
Yoga-Ferien mit Silvia Rodeck:*

*Der Yoga beginnt dort, wo jeder Einzelne steht,
ob Anfänger oder Erfahrener.*

Ich lade Dich/Sie ein, umgeben von einer wunderschönen griechischen Landschaft, direkt am Meer, an einem paradisischen Platz den Sommer zu genießen.



Der großzügige Seminarraum mit Blick zum Meer ist mit allem ausgestattet, was wir brauchen. Ein großer Außenplatz mit Sonnensegel bereichert unsere Yogastunde.



Wir üben am Morgen vor dem Frühstück 100 Min. ein geschmeidig fließendes Vinyasa Yoga mit Meditation.

Am späten Nachmittag haben wir für 100 Min. ein ruhigeres und regeneratives Yoga flow,

verbunden mit meditativer Achtsamkeit und getragen vom Atemrhythmus und dem Klang der eigenen Stimme. Ein Tag ist zur freien Verfügung, dann gibt es am Morgen nur eine kleine belebende Yogaeinheit.

Der Aufenthalt auf der Insel führt uns zu unserer inneren Kraftquelle und von hier in eine aktive Verbindung in unseren Lebensalltag.



23.-30. Juli 2019
Seminar Yoga & Baden:
täglich Yoga üben, Sommer, Baden und Stille genießen, sich verwöhnen.

Frühbucher bis Ende Februar:
250,- €, danach 280,- €

Seminar-Anmeldung:
Silvia Rodeck
s.rodeck@basisyoga.de
www.basisyoga.de

Unterkunft und Verpflegung wird direkt gebucht in der Villa Eva bei Stelios.
Wir bekommen Brunch, Obst und Abendessen.
7 Übernachtungen im Doppelzimmer mit Mittag- und Abendessen ab 360,- €/Person.
Einzel- Drei- oder Vierbett-Zimmer auf Anfrage.

Info und Buchung über Seminarzentrum Villa Eva:
info@villaeva-samos.gr
www.villaeva-samos.gr

