

Yoga Ferien auf Zypern vom 01.Juni - 08.Juni 2024

Yoga im Fluss der Energie - Ankommen - Innehalten - Durchatmen

Ist ruhig, sanft, bis kraftvoll und dynamisch.

Jede Yogastunde bietet dir einen Ausstieg aus dem Alltäglichen und eine Entdeckungsreise nach innen, um im Hier und Jetzt anzukommen – innezuhalten und durchzuatmen. Der Atem der dich begleitet berührt und bewegt. Der Atem als Lehrmeister lehrt dass du Neues aufnehmen kannst, wenn du Altes loslässt.

„Loslassen - bedeutet, sich ganz bewusst dem Strom des Augenblicks hinzugeben.“ (Jon Kabat-Zinn)

In dieser Yogawoche kannst du Yoga Erfahrungen vertiefen, erweitern und stabilisieren. Dies wirkt nachhaltig. Das tägliche Üben, 2x täglich, unterstützt dich, dich leichter wahrzunehmen, zu verstehen, angemessener zu behandeln und wertzuschätzen. Der bewusste Atem und die achtsame Körperwahrnehmung stehen im Vordergrund sowie die Findung des Gleichgewichts zwischen Aktivität und Ruhe. Tägliche Yoga-Übungen, Entspannungsreisen und geführte Meditationen schenken dir ein besseres Körpergefühl sowie einen klaren, wachen Geist.

„Wer innehält, merkt, wann er ankommt, und wer ankommt, kann auch weitergehen.“ (Weisheit aus dem Yoga)



Die Eigentümergeführte Anlage Cyprus Villages

Tochni liegt im Süden von Zypern, zwischen Limassol und Larnaka, nur 7 km vom Meer entfernt.

Tochni ist nur etwa 30 Minuten vom Flughafen Larnaka entfernt. Vom Flughafen Larnaka wird zur Unterkunft ein Sammeltransfer zu festgelegten Zeiten angeboten.

Sofronis Potamitis, der Geschäftsführer von Cyprus Villages, und sein herzliches Team möchten diese Yoga-Reise zu etwas ganz Besonderem machen. Mit viel Hingabe hat Sofronis die alten und teils verlassenen Steinhäuser restauriert und geschmackvoll

renoviert. Sie fügen sich in die ursprüngliche Kulisse des Dorfes ein. Die Appartements liegen um den Hauptplatz verteilt, an dem sich auch die Taverne und die Rezeption befinden. Dort stehen uns zwei Außenpools zur Verfügung, die für eine angenehme Erfrischung sorgen.



Du wohnst in einem traditionellen, aus Stein gebauten Appartement. Durch die dicken Steinwände bekommen die Appartements ihren ganz besonderen Charme, der trotz der modernen Einrichtung erhalten bleibt. Jedes Appartement verfügt entweder über einen Balkon, eine Terrasse oder sogar einen kleinen Innenhof. Hier kannst du dich ganz in Ruhe zurückziehen und erholen.



Abschalten am Governor's Beach

Dreimal in der Woche wirst du zum Governor's Beach gebracht. Hier befindet sich das Hotel „Thalassa“, das über einen schönen grünen Garten mit großem Baumbestand verfügt. Die Sonnenliegen kannst du als Gast von Cyprus Villages kostenlos nutzen.

In dieser Yoga Woche wird dir eine köstliche Halbpension geboten. Das Team legt viel Wert auf lokale Zutaten und frisches Obst und Gemüse, zum Teil aus dem eigenen Anbau. So werden dir beim Frühstück und Abendessen lokale Spezialitäten Zyperns serviert. Von der gemütlichen Taverne hast du einen unvergesslichen Blick auf das Dorf.



Kosten: 990,- www.neuwege.com/4CYH0103

