

YOGA & MEDITATION AM BERG

**Den Blick nach innen wenden und von der Natur berührt werden.
Von 25. Juni bis 30. Juni 2018,
von 10. September bis 15. September 2018**

Auszeit auf der Hochschober-Hütte (2322 Meter) Osttirol,
Bewusstes, achtsames Verbinden von Körper und Geist,
in beeindruckender Kulisse.

Eine Reise zu sich selbst, intensives spüren, seinen Wesenskern näher kennenlernen...
Hatha Yoga, Meditation, Achtsamkeitsläufe (auch barfuß),
Bergwandern und eine Bergtour auf den Hochschober 3240 Meter
(nach Teilnehmer und Wetter)

Eine einzigartige Bergwoche, in der der Hüttenwirt nach der
5-Elementeküche kocht und das Brot wird selbst gebacken.
Außerdem bietet die Umgebung die Möglichkeit zu kneipen, oder einfach die
einzigartige Natur auf sich wirken zu lassen.

Anmeldungen und Fragen bitte unter:
Hüttenwirt Harald Lucca, www.hochschoberhuette.at Tel.: +43 664 915 77 22
Yogalehrer Marco Martinez Tel. +49 151 22569982 info@yogamobil-tegernsee.de

**Wir freuen uns auf euch.
Harry Lucca und Marco Martinez**

