



YOGA Sonderveranstaltungen mit ZRM und mehr ... Frühjahr 2012

Sonntag, 4. März

YOGA WORKSHOP

- ☪ Ein wunderbarer Sonntag, ganz für dich mit **Yoga aus vielen Richtungen**: Körperübungen (Asanas), Atemtechniken (Pranajam), Meditation, etc. anschließend Mantra Singen mit Paul Freh
 - ☪ Salzburg, Lotte-Lehmann-Promenade 1. 10.00 – 17.00 Uhr, € 70,- (€ 60,- erm.)
 - ☪ Für **alle Yoginis mit wenig, viel oder auch gar keiner Hatha Yoga Erfahrung...**
- ☪ www.yogabi.at => Workshops 2012

Sonntag, 18. März

,wie Schmetterlinge im Bauch ... ,

Das Zürcher Ressourcenmodell (ZRM) basiert auf der wissenschaftlichen Erkenntnis, dass Körpersignale und begleitende Emotionen die Grundlage für unsere Entscheidungen sind. Diese Körpersprache neu verstehen zu lernen und daraus Tankstellen für dein tägliches Leben zu gestalten, ist der Inhalt dieses bunten Seminars. ZRM basiert auf dem aktuellen Stand der Gehirnforschung; es bringt dich raus aus dem Kopf und rein in den Raum, wo die **Wünsche des Herzens** wohnen.

- ☪ ZRM 1-Tages-Workshop (kein YOGA!) Sonntag, 18. März 2012, um € 100,-
 - ☪ Salzburg, Lotte-Lehmann-Promenade 1, 9.00 – ca. 18.00 Uhr
- ☪ www.zrm.ch www.kraftquell.at

long weekend: 28. April – 1. Mai

YOGA am HOF

Dieses YOGA/ZRM **Retreat** erleben **wir völlig ungestört in der Natur** auf einem zauberhaften Bauernhof im Hausruckviertel / OÖ. Die **Hatha Yoga Praxis** ist intensiv und doch leicht, weil durchzogen von ruhigen, meditativen Übungen und heilsamen Atemtechniken. Das **Zürcher Ressourcenmodell (ZRM)** bildet den hervorragenden Rahmen für ganz bewusstes Hinschauen auf Veränderungs-Potenziale in deinen Lebensfeldern: privat, beruflich, gesundheitlich u.v.m. Einfach noch bessere Entscheidungsstrategien (Haltungsziele) mit Hilfe deiner **Intuition** entwickeln lernen – langfristig und nachhaltig wirksam!

- ☪ 4 Tage YOGA & ZRM – YOGA am HOF (St. Thomas bei Waizenkirchen)
 - ☪ Samstag 28.4. – Dienstag 1.5. 2012 (4 Tage, 3 Nächte)
 - ☪ YOGA Intensiv-Seminarbeitrag € 320,- zzgl. € 165,- für 3 Übernachtungen im Doppelzimmer & vollbiologische vegetarische Verpflegung
- ☪ www.yogabi.at => Yoga Intensiv Seminar

yoga holiday 2. – 9. Juni 2012

Insel-URLAUB auf Kreta ...

☪ Eine Woche Griechenland-Urlaub am Meer mit HATHA YOGA mit allem was dazugehört und das Zürcher Ressourcenmodell (ZRM) für einen neuen Blick auf dein Leben. Damit das **Glücklichsein nach dem Urlaub spielend weitergeht** und die Entspannung im Kopf dein kreatives Potenzial zeigt.

- ☪ **Frühbucherbonus** bis Ostern: nur EUR 750,- statt EUR 780,- für Seminarbeitrag, Übernachtung und Verpflegung. Anreise individuell zu buchen
- ☪ www.yogabi.at => Yoga in Kreta 2012 ☪ www.yogaholidaysgreece.com

Info: Gabriele I. Haslinger ☪ Tel. 0660 31 44 874 ☪ gabi@yogabi.at

www.yogabi.at ☪ Member KNOFF YOGA Association

