

## Pfingsten 2012

### Yoga & die Feldenkrais-Methode mit Juergen Slisch & Jürgen Bräscher



#### Informationen zum Seminar

- Thema:** **Kreative Auszeit mit Yoga & Feldenkrais**
- Wochenendseminar:** Freitag, 25. Mai 14:30 Uhr – Montag, 28. Mai 12:30 Uhr
- Seminarzeiten:**
- |          |  |
|----------|--|
| Freitag, | 14:30 – 18:00 Uhr                      |
| Samstag, | 09:00 – 12:30 Uhr // 14:30 – 18:00 Uhr |
| Sonntag, | 09:00 – 12:30 Uhr // 14:30 – 18:00 Uhr |
| Montag,  | 09:00 – 12:30 Uhr                      |
- Veranstaltungsort:** Seminarhaus Kapellenhof  
Hirzbach 15  
D - 63546 Hammersbach (bei Hanau)
- Referenten:** Juergen Slisch (Ausbilder für Yogalehrer / Yogatherapeut KHYF in Training)  
Jürgen Bräscher (Physiotherapeut, Feldenkrais-Lehrer)

#### Informationen zum Thema

Gönnen Sie sich einmal eine Pause. Oftmals geht es danach viel einfacher. Wenn Sie sich in Ihrem Körper so richtig wohl fühlen, strahlen Sie das auch aus.

In den Yoga & Feldenkrais Stunden finden Sie nicht nur Entspannung. Sie lernen, sich zu spüren und bewusst zu bewegen. Ihre persönliche Entwicklung mit Feldenkrais im Liegen auf der Matte, durch Yogaübungen oder im Einzelgespräch mit den Kursleitern hat hier Ihren Raum. So finden Sie Ihren eigenen Ruhepol, und Anregungen zu Ihrer mentalen Balance um neue Kraft zu tanken.

Durch die langsamen und angenehmen Bewegungen werden Sie sich ausgeruht und erfrischt fühlen. Dabei können Sie beobachten, wie Sie Ihre Haltung aktiv verändern können. Das findet Ausdruck beim Laufen, Wandern und in vielen Ideen für Zuhause. Freuen Sie sich auf eine erholsame Zeit.



**Organisatorisches**

- Unterkunft:** **Liebevoll gestaltete, einfache und saubere Einzel- oder Doppelzimmer mit Etagedusche //**  
siehe auch  
[www.seminarhaus-kapellenhof.de](http://www.seminarhaus-kapellenhof.de)
- Mitzubringen:** Eigene Yogamatten und Sitzkissen, wenn vorhanden //  
**Bettwäsche & Handtücher //** oder vor Ort zu mieten.  
siehe auch  
[www.seminarhaus-kapellenhof.de/index.php?nav=seminarhaus\\_infos&menu=4](http://www.seminarhaus-kapellenhof.de/index.php?nav=seminarhaus_infos&menu=4)
- Verpflegung:** **vegetarisch**
- Teilnehmerzahl:** **Min. 12 // Max. 24**
- Kosten / Seminar:** Frühbucher bis zum 15.12.2011 EUR 295,-  
Regulär EUR 345,-
- Kosten / Unterkunft:** Vollpension Mehrbettzimmer EUR 55,- pro Tag  
Vollpension Doppelzimmer EUR 60,- pro Tag  
Vollpension Einzelzimmer EUR 70,- pro Tag
- Anmeldung:** Cornelia Slisch // Tel. 069 – 175 212 94 // mail: [cslisch@der-yogaraum.de](mailto:cslisch@der-yogaraum.de)  
Mit Eingang der Seminargebühr auf unten angeführtem Kto ist ihr Platz verbindlich reserviert.
- Anmeldeschluss:** **15. Februar 2011**
- Rücktritt / Stornogebühr:** Bei Rücktritt bis zum 20. Februar 2012 fällt eine Bearbeitungsgebühr von EUR 50,- an. Danach ist die volle Seminargebühr zu bezahlen. Kann jemand von der Warteliste nachrücken oder wird ein/e Ersatzteilnehmer/in gemeldet, entfällt die Bearbeitungsgebühr bzw. kann die Seminargebühr übertragen werden.

Mit herzlichen Grüßen

Juergen Slisch & Jürgen Bräscher