



Yoga- und Ayurveda-Kuren 2019

mit Olaf Riemann



Ayurvedisches Fasten im Gutshaus Parin

*Schonende Kost, wohltuende Tees,
Yoga, Meditation und Atemübungen
zur Entgiftung.*

24.-29. Februar 2019

14.-19. April 2019

20.-25. Oktober 2019

17.-22. November

Yoga für einen starken Rücken im Gutshaus Stellshagen

Stabilisierung und Beweglichkeit der Wirbelsäule, Stärkung der Muskulatur

20.-25. Januar 2019

17.-22. März 2019

12.-17. Mai 2019

13.-18. Oktober 2019

Yogaferien im Gutshaus Parin

*Innere Balance und Ruhe durch
Bewegung, Atmung und Meditation*

07.-12. Juli 2019

28. Juli -02. August 2019



Yoga und Ayurveda im Gutshaus Stellshagen

*Yoga-Bewegungen, Atmung und Philosophie; ayurvedisches Kochen,
Massagen und Alltagsrituale*

17.-22. Februar 2019

02.-07. Juni 2019

30. Juni-05. Juli 2019

22.-27. September 2019