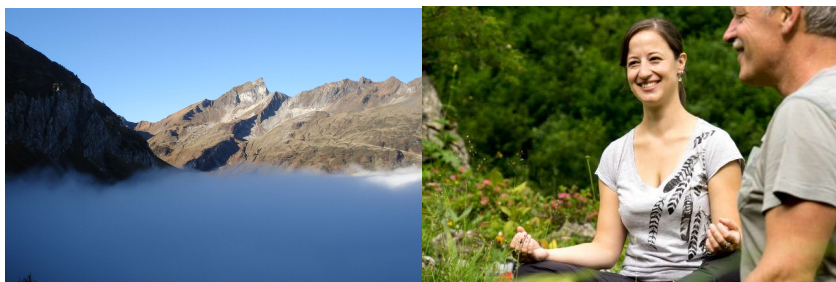


Bergwandern & Yoga

im Herzen des Naturschutzgebietes Allgäuer Hochalpen



Bergschule BERGVISION®
Berge & Yoga
www.bergvision.de

Yoga Open Air 2019 mit Wanderschuh & Yogamatte

Mit **Berge & Yoga** einen Tag lang das Alltagsgetriebe verlassen und in die intakte Natur des Naturschutzgebietes der Allgäuer Hochalpen eintauchen und alles hinter sich zu lassen, was uns Menschen im Alltag oft am glücklichsein hindert. Sich selbst und die umgebenden Elemente von Erde, Wasser, Feuer, Luft und Raum intensiv wahrnehmen. Eine Einladung zum Krafttanken, um gestärkt und mit mehr Lebensfreude wieder in den Alltag zurückzukehren.

Zielgruppe	Einheimische und Gäste die sich einen Tag lang eine Auszeit zum Krafttanken gönnen
Zeitraumen	1 Tag
Inhalte	Die Bergwanderung wird durch die in der Gebirgswelt so ausgeprägten 5 Elemente, wie: Erde, Wasser, Feuer, Luft und Raum begleitet. Neben den Körperhaltungen (asanas) während des Aufstiegs und in Hüttennähe der Schwarzenberghütte, fließen verschiedene philosophischen Inhalte des Yoga mit in den Tag ein.
Leistungen durch BERGVISION®	1 Tag Yoga & Bergwandern

Rahmenbedingungen	
Ausführungsort	87541 Bad Hindelang – Ortsteil Hinterstein
Kosten	65 € je Teilnehmer zzgl. Verpflegung + Buskosten
Gruppengröße	Mindestens 3 - maximal 8 Teilnehmer
Ausrüstung	Persönliche Bergwanderausrüstung / Yogamatten stehen zur Verfügung
Voraussetzungen Teilnehmer	Yogakenntnisse sind nicht erforderlich Ausdauer für 3-stündige Bergwanderung
Informationen und Anmeldung bis zum Vortag 18:00 Uhr	BERGVISION® – Ludwig Stockinger – Yogalehrer BDY/EYU – staatl. gepr. Bergführer 87541 Bad Hindelang – Talstr. 36 – Tel. 0176 5610 2174 – email info@bergvision.de



Yogalehrer BDY/EYU

