



## Beziehung und Bewusstsein Auf allen Ebenen in freier Verbindung sein.

### Hatha Yoga & Philosophie



**10. - 14. Juli 2019, Mittwoch bis Sonntag**

**Seminarhof Schleglberg, Rottenbach in Oberösterreich**

**„Yoga ist Beziehung“** *Peter Hersnack / art-of-yoga*

Um bewusst zu üben, stellen wir unterschiedliche Verbindungen her – zur Haltung, zu den Stützen, den bandhas, zum Atem. Je mehr wir die Fülle des inneren Raumes wahrnehmen können, umso mehr leben wir aus der ursprünglichen tiefen Beziehung zu uns selbst. Dies drückt sich im kreativen Handeln aus und ermöglicht lebendige und freie Beziehung zu den Menschen.

Die Kunst des Hatha Yoga ist unser Werkzeug zum Fortschreiten.  
Die Yoga Sutra begleiten uns in diesem Seminar und zeigen die Vielfalt von Beziehungen, die unser Wachstum hin zur Freiheit unterstützen.

**„Beginne mit Yoga um Yoga zu erfahren“.** *Peter Hersnack / art-of-yoga*

Das Seminar ist für Yogalehrende und Übende mit Yogaerfahrung offen.

**Seminargebühr: € 360,--**

**Frühbucherrabatt bis 01.02.2019 € 340,--**

**Kosten für Unterkunft und vegetarische Vollpension (4 Übernachtungen) € 240,-- im DZ, € 260,-- im EZ.**

**zzgl. einer Tourismusabgabe von € 2.-pro/Tag**



### **Seminarhof Schleglberg, seit Jahren beliebt:**



Das Zentrum mit altem Bauernhaus und neuen Seminarhäusern in Alleinlage ist liebevoll gestaltet, die Innenhöfe und Gärten sind üppig bepflanzt. Weitläufiger Garten, Wiesen und Außenplätzen laden zum Verweilen ein. Besonderer Höhepunkt ist der Schwimmweiher mit breiter Holzterrasse, für die lange Mittagspause oder einen lauen Sommerabend, manchmal auch für Morgenyoga.

**Kosten für Unterkunft und vegetarische Vollpension (4 Übernachtungen) € 240,-- im DZ, € 260,-- im EZ.**

**zzgl. einer Tourismusabgabe von € 2.-pro/Tag/Person zusätzlich, die das Haus ab 2019 NEU zahlen muss.**

Bitte beachten: Die Zimmerbuchung erfolgt durch die Teilnehmer/innen selbst direkt im Seminarhaus! Einige Einzelzimmer sind verfügbar.

Tel +43 (0)664 / 73 474 955, [office@seminarhof-schleglberg.at](mailto:office@seminarhof-schleglberg.at)

Die Bezahlung von Unterkunft/Verpflegung erfolgt bei Anreise in bar vor Ort. Bitte beachtet die Stornobedingungen unter [www.seminarhof-schleglberg.at](http://www.seminarhof-schleglberg.at)

Seminarbeginn: Am Mittwoch, 12. Juli 2017 um 16.30 Uhr.

Einchecken ab 14 Uhr und evtl. ein erfrischendes Bad im Weiher genießen.

Übernachtungsmöglichkeit im eigenen Zelt /Bus

€ 9,-- Stellplatz pro/Tag ohne Strom. € 10,-- Stellplatz pro/Tag mit Strom. € 30,-- für VP /Person

Nicht vergessen:

Eigene Übungsmatte und Sitzkissen etc., Decke, kleines Kopfkissen für die Tiefenentspannung. Es gibt auch Material im Haus. Badesachen, Sonnen- und Mückenschutz!



### Seminarzeiten

<b>Mittwoch</b>	16.30 – 18.30	Yogapraxis
Abendessen	18.45	
Abends	19.45 – 21.00	Kennenlernen, Einführung, Mantra & Tönen
<b>Do - So</b>	07.00 – 08.00	Morgenpraxis
Frühstück	08.00	
<b>Do - So</b>	09.30 – 12.15	Yogapraxis
Mittagessen	12.30	
<b>Do - So</b>	16.15 – 18.30	Yogapraxis und Tiefenentspannung
Abendessen	18.45	
<b>Freitag Abend</b>	19.45 – 21.00	Mantra & Heillieder und freies, kohärentes Tönen
<b>Samstag Abend</b>	<b>Wir feiern Verbindung - „Was mögt Ihr miteinander teilen?“</b> Eure Kreativität ist herzlich willkommen!	
<b>Abreise Sonntag</b>	ca. 13.30 nach dem Mittagessen	

### Anfahrt zum Seminarhof Schleglberg

Holzhauseln 12, A – 4681 Rottenbach, Tel: 0043/664 / 73 47 49 55

[www.seminarhof-schleglberg.at](http://www.seminarhof-schleglberg.at)

Kontakt +43 (0)664 / 73 474 955, [office@seminarhof-schleglberg.at](mailto:office@seminarhof-schleglberg.at)

Rottenbach ist 2 km von der A8 Autobahnabfahrt Haag am Hausruck entfernt.

Fahrtzeit von München–Zentrum ca. 2 Stunden 20 Min.

Anreise mit der Bahn

Busverbindung vom Bahnhof Kallham nach Neumarkt. Zeiten Siehe Webseite /Anreise

Oder Taxiunternehmen Dirisamer, Telefonnummer 0043/699/18391839

Bitte rufen Sie das Taxiunternehmen mindestens 1 Tag vor der Anreise oder zur Abholung den Seminarhof ein paar Tage vor Ihrer Anreise an.

Die näheren Bahnhöfe befinden sich in Wendling, Neumarkt/Kallham, Obertrattnach



**Anmeldung mit diesem Formular oder online unter**

[www.purna-yogaschule.de/yogaseminare/anmeldung.html](http://www.purna-yogaschule.de/yogaseminare/anmeldung.html)

Bitte das Formular ausgefüllt per mail: [yoga@purna-yogaschule.de](mailto:yoga@purna-yogaschule.de) oder per Post senden.

Hiermit melde ich mich verbindlich für das Seminar an:

Seminartitel .....

Datum .....

Vorname / Name .....

Adresse .....

Telefon .....

E-mail .....

Zur verbindlichen Reservierung bitte die Kursgebühr überweisen ab 01.01.2019, in einem Betrag oder Anzahlung 50% = EUR 170,-- , bei Anmeldung ab 02.02.2019 50% = EUR 180.-- und Restbetrag bis 4 Wochen vor Seminarbeginn.

Bankverbindung: Aus Datenschutzgründen wird diese bei Anmeldung mitgeteilt.

Rücktritt (schriftlich): Ab 4 Wochen vor Seminarbeginn 50% der Seminargebühr, ab 8 Tage 100%, falls der Platz nicht von einer/m nachrückenden TeilnehmerIn besetzt werden kann.  
Denken Sie an eine evtl. Reiserücktrittsversicherung.

Die Zimmerbuchung erfolgt durch die Teilnehmer/innen direkt im Seminarhaus

Hiermit bestätige ich, dass ich keine gesundheitlichen Beeinträchtigungen habe, die nicht mit dem Arzt abgeklärt sind. Ich nehme am obigen Seminar in eigener Verantwortung teil.

.....  
Ort / Datum    Unterschrift