

KLANG MITTE

Yoga Ferienwoche mit Stimmklang
Sonntag 8. – Samstag 14. Juli 2018

Klang · Körper · Stimme · Stille

KURSLEITUNG

Yaira Yonne-Konishi
Ausbildungsleiterin Tapas Yoga Schule
Chor- und Orchesterdirigentin
Svastha Yogatherapeutin i.A.



In der von mir entwickelten Klangyogapraxis mit Stimmklang in Bewegung wird Stille als Quelle allen Werdens erfahrbar. Der Körper bewegt sich in individuell angepassten Yogastellungen und wird als schwingendes System erfahren. Der Klang der Stimme verstärkt das Erleben durch die Resonanz der Obertöne und macht den sich vertiefenden Atem klingend hörbar.

Meine Klangpraxis bewirkt ein Sich-Ein-Stimmen auf allen Ebenen des Seins: Denn innere Freiheit entsteht dann, wenn Absicht, Gedanken, Worte und Handeln wie die Saiten eines Instruments in Resonanz kommen. Ein-Klang. Einheit. Coming hOMe.

Die Ferienwoche findet im gastlichen ehemaligen «Grand Hotel du Lindenbühl» in Trogen im Appenzell statt. Hier ist weniger mehr. Luxus liegt im Raum für Veränderung und in der geschenkten Zeit. Ein Ort, der dazu einlädt, neue Wege zu erkunden.

«Die Stille ist nicht auf den Berggipfeln, der
Lärm nicht auf den Marktplätzen zuhause –
beides wohnt in unserem Herzen.»

KOSTEN

Kursbeitrag:

Für alle Yogaklassen und
Abendprogramm Fr. 450.–

Unterkunft und Verpflegung:

Pro Person ab CHF 636.–

TAGESABLAUF

7:45 – 9:15	Yoga
9:30	reichhaltiges Frühstücksbuffet
16:45 – 18:15	Yoga
18:30	vegetarisches Dreigangmenu
20:00 – ca. 21:00	Singen, Musizieren, Klangmeditation, Sein

Der Kurs beginnt am Sonntag um 16:45 Uhr mit Yoga, Zimmerbezug ca. ab 16 Uhr. Tagsüber Ausflüge nach Wunsch, am Mittwoch ist der Nachmittag Yoga-frei. Vom Aufwachen bis nach dem Frühstück sind wir in Stille. Kursende ist nach dem Brunch am Samstag, Abreise ca. ab 11:30 Uhr.

Weiterführende Informationen finden Sie auf meiner Website.

INFORMATION

Yaira Yonne-Konishi
Wylterstrasse 43 · 3014 Bern
T 031 371 93 19 · M 077 430 54 00
yaira@yairayonne.ch

KURSORT

Seminar- und Ferienhaus Lindenbühl
Lindenbühl 2 · 9043 Trogen
T 071 344 13 31
kontakt@lindenbuehl-trogen.ch
www.lindenbuehl-trogen.ch

Anmeldeschluss: 15. Juni 2018

