

Yogurlaub auf dem Seminarhof Schleglberg im schönen Oberösterreich



Seminar mit Eberhard Bähr & Margarete Englmeier

Vom 05.08.12 bis 11.08.12

Yoga

Die morgendliche Yogapraxis, angeleitet von Margarete, lädt Dich ein Deinem Körper etwas Gutes zu tun, Kraft zu tanken, neue Energie zu wecken und Deinen Geist auszurichten für die Weisheit der Upanishaden, die uns Eberhard Bähr vermitteln wird. Die Körperübungen werden den Teilnehmern angepasst. Im achtsamen Üben verbinden wir Bewegung und Atmung.

Vor dem Abendessen schenken wir uns eine Stunde der Entspannung.

Singen und Chanten werden wir das ganze Seminar mit einfließen lassen.

Ausgewählte Texte aus den Upanishaden

In diesem Seminar wird Eberhard Bähr essentielle Verse der Upanishaden erläutern, die dazu dienen, uns im Spiegel dieses Wissens mit größerer Klarheit zu sehen. Bei dieser Betrachtung zeigt sich unser Da-Sein in einer sehr einfachen und friedlichen Weise.

Wieder wollen wir uns inspirieren lassen von den bereichernden Vorträgen von Eberhard.

Die ruhige Zeit des Abends werden wir nutzen um Fragen an Eberhard zu stellen, zu singen und Diskussionen entstehen zu lassen.

Freizeit, Wandern, Radeln, Entspannen

Je nach Lust und Laune!

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung. Diese ruhige leicht hügelige Landschaft eignet sich hervorragend für entspannte lange Spaziergänge, für leichte Radtouren, zum Baden oder einfach im Liegestuhl zu liegen.

Rund um den Seminarhof gibt es zahlreiche Wander- und Radwege.

Das Haus hat einen ganz neuen Wellnessbereich und im Kosmetikstudio Auszeit kann man die verschiedensten Anwendungen und Massagen buchen.

Wo befindet sich der Seminarhof Schleglberg?

Der Seminarhof liegt im Hausruckviertel und gehört zur Gemeinde Rottenbach.

Rottenbach ist ca. 2 km von der Autobahnabfahrt Haag am Hausruck entfernt, liegt auf 450 Meter Seehöhe und hat ca. 1000 Einwohner.

Adresse: Seminarhof Schleglberg, Holzhäuseln 12, 4681 Rottenbach, Österreich

Bei der Anreise mit dem Zug ist eine Gästeabholung von den 4 angegebenen Bahnhöfen möglich. Die näheren Bahnhöfe befinden sich in Wendling, Neumarkt/Kallham, Obertrattnach sowie in Grieskirchen.

Hier könnt Ihr Euch informieren: www.seminarhof-schleglberg.at

Kosten für das Seminar: 280,-€

Es gibt sehr vielfältige und wunderschöne Zimmer:

Kosten für Unterkunft, Seminarpauschale und Vollpension je nach Zimmerwahl

330,- bis 350,- € , geringfügiger Einzelzimmerzuschlag (3,- bis 5 € pro Nacht)

Es gibt auch ein sehr schönes Matratzenlage für 260,- € (mit eigener Bettwäsche)

Vollpension beinhaltet: reichhaltiges Frühstücksbuffet, Salat, Suppe, Jause zu Mittag, abends reichhaltiges warmes Buffet, alles vegetarisch

Die Bezahlung erfolgt in bar vor Ort