

Un Bacio per l'Anima



QiGong & Yoga Woche

Toscana

23.09. - 30.09.2023

Stephanie Sapper & Barbara Knapp



Stephanie

Qigong-Lehrerin, Life-Coach und
Therapeutin.

Mit Liebe begleite ich Menschen zu
innerer Freiheit, Gesundsein und ihrem
Blühen.

Im Qigong fühlst Du den Energiefluss
und in meinen Meditationen tauchst Du
in Deine innere Weisheit oder Stille.
Möchtest Du dazu Dein persönliches
Glücks-Coaching oder individuelles
Atemtraining?



Barbara

Yogalehrerin mit 18 Jahren
Unterrichtserfahrung.

In meinen Yogastunden wirst Du Dich
jedes Mal neu entdecken und eine
hingebungsvolle Beziehung mit Dir
selbst entwickeln.

Lass Dich von meiner Begeisterung für
Yoga, die italienische Sprache und das
Dolce Vita anstecken.



Die Energie des Sommers bewahren

Eintauchen mit allen Sinnen in die Natur, in den Duft von Rosmarin und warmer Erde, in die Bilder der Zypressen.

Du wirst dem Zirpen der Zikaden lauschen und die warme Luft des Spätsommers auf Deiner Haut spüren.

Das fröhliche Miteinander genießen, oder Du findest die Ruhe nur für Dich selbst.

Natürlich sind wir auch am Meer. Den Sand unter den Füßen spüren und in die blauen Fluten des Meeres tauchen.

Komm mit an einen wunderschönen Platz im Süden der Toskana abseits vom Massentourismus.

Ein Sehnsuchtsort, der die Seele nährt und Dein Herz öffnet.

Mach mit bei Qigong, Yoga, Meditation und schönen Angeboten an besonderen Plätzen:

- Ausflug zu heißen Quellen
- Morgen-Qigong am Strand mit anschließenden kulinarischen Genüssen
- Wanderung mit Meditation an einem Kraftplatz
- Strand und Sundowner am Meer
- Gemeinsam Pizza backen im alten Pizzeria

Individuelle Angebote:

- Italienisch Konversation
- Glücks-Coaching
- Atemtraining



Organisatorisches & Kosten

ORT:

La Madonnina Village Resort - Pratoranieri - GR - Toscana

www.lamadonninavillageresort.it

Zimmerreservierung unter info@villaggiolamadonnina.it

Preis pro Einzelzimmer mit eigenem Bad und Kochmöglichkeit: 525 Euro für 7 Nächte

Täglich reichhaltiger Brunch

KURS: 600€

Begrüßung mit Drink & Food am ersten Abend in der Sunny Hill Bar

Ein gemeinsames Abendessen im Restaurant

6 x Qigong, 5 x Yoga je 90 Minuten, 5 x Meditation

Kursbeginn Sonntag Morgen - Kursende Freitag Abend

An- und Abreise frei wählbar

ANMELDUNG & WEITERE INFORMATIONEN:

Stephanie Sapper

stephaniesapper@hotmail.com

+49163 2616681

Barbara Knapp

yoga@barbaraknapp.de

+49176 56601660

