

ZORBA DER SINGENDE UND TANZENDE BUDDHA

KURSNUMMER: OUC 10
KURSZEIT: ca. 4 Std./Tag
PREIS: € 1390



inside  travel
Reisen für dich. Zu dir.

Sabina Elsa Astolfi:

Geboren in der lebendigen Stadt Bologna, begann sie in ihrer Jugend, ihre Fähigkeiten als Sängerin zu entwickeln und begegnete der Mantra-Meditation, die sie bis heute in tiefer Dankbarkeit praktiziert.

Sie ist transformative Stimmcoachin, Sängerin, Mantra-Yogini und Voice Healing Practitioner. Seit über 20 Jahren befähigt sie Frauen und Männer, das einzigartige Potential ihrer Stimmen zu befreien.

In ihrem Coaching, einem Zusammenspiel von Gesangstechnik und alter schamanischer Weisheit, kreiert sie wahre Magie.

Im Herzen von Sabinas Arbeit steht das Erwachen des göttlichen Bewusstseins, dem Nordstern, der all ihrer Arbeit eine transformierende Dimension verleiht.

Ihr Motto ist: "Don't die with your song still inside you"

Naveen Li:

Ursprünglich aus Taiwan, wo sie als Psychologin arbeitete, lebt Naveen jetzt in Korfu, Griechenland. Sie ist eine vielseitig begabte intuitive Energie- und Tarotleserin sowie Massagetherapeutin.

Naveen ist international ausgebildete und anerkannte Leiterin und didaktische Lehrerin von Biodanza® - Tanz des Lebens und leitet seit 2011 Workshops in Deutschland, Taiwan und Griechenland.

Ihre Vision ist es, die Kraft der Seele durch Biodanza - die Grossartige Heilkunst (Ars Magna), zu wecken, um ein Leben mit feierndem Geist zu führen und die Würde des Menschseins hoch zu halten.

29.06.2024 - 06.07.2024

Entfesse die Magie deiner Stimme

Feiere deinen Tanz des Lebens

*Zorba der singende und tanzende Buddha **

lädt dich ein, die Magie deiner Stimme durch Singen, Herzlieder und Mantras zu erleben und in die therapeutischen Tiefen von *Biodanza* einzutauchen.

Zorba, der leidenschaftliche Liebhaber des Lebens und Buddha, als Wegweisender zu deinem Selbst.

All dies inmitten der herrlichen Natur Korfus, einem Kraftort, belebt vom Geist uralter Olivenbäumen und dem glitzernden blauen Meer.

In diesen sechs Tagen begeben wir uns auf eine tief wirkende Reise durch die Chakren. Mit der Kraft unserer Stimme und der Freude an der Bewegung und des Tanzes, entdecken wir die vielfältigen Facetten des wunderbaren Abenteuers, das wir Leben nennen.

Sabina lehrt dich, deine Stimme zu ehren und mit Liebe zu entfalten. Durch **ganzheitliche Gesangsübungen** wirst du das verborgene Potenzial deiner Stimme entdecken und durch die **Mantras** eine tiefe Verbindung zu deinem göttlichen Kern erleben. Dies führt zu einer grenzenlosen **Freude des Herzens**.

In der inspirierenden Atmosphäre der Gruppe, wirst du lernen, **deiner einzigartigen Stimme** Ausdruck zu verleihen.

Wir tauchen tief in die Welt der **Mantren** und **Herzenslieder** ein und entdecken die Schönheit und die Vielfalt unseres Ausdrucks.

Die alten Klänge der Mantren **erweitern unser Bewusstsein**, und legt magische Kräfte frei.

Wir werden gemeinsam singen und experimentieren und **Glückshormone** freisetzen. Wir werden lachen und weinen, in die Tiefe gehen und der wilden Seite unseres Seins begegnen.

Du wirst das Singen als **lebenspendende Kraft** erfahren, die deine Gesundheit positiv beeinflusst. Tiefes Atmen stärkt Lungenfunktion und

Immunsystem, während Ängste und Sorgen verblassen. Das Singen aktiviert den **Vagusnerv** und deine **Selbtheilungskräfte**.

Singend balancieren wir das fünfte Chakra und dies schenkt dir neue Freiheit und neuen Mut, deine tiefsten Gefühle, Gedanken und deine Wahrheit auszudrücken.

Mit **Naveen** wirst du mit Musik, Tänzen und Gesten in die **Biodanza** eintauchen, und deinen **Körper und Geist ekstatisch befreien**.

In diesem einzigartigen Retreat werden wir unsere lebensbejahenden Emotionen und Energien wecken:

Freude - Vitalität
Genuss - Sexualität
Stärke - Identität
Liebe - Zuneigung
Freiheit - Kreativität
Stille - Intuition
Einheit - Transzendenz

Biodanza, auch bekannt als der **Tanz des Lebens**, ist eine inspirierende und wissenschaftlich fundierte Methode der **organischen Erneuerung**, die Menschen dabei hilft, ihr **Potenzial zu entwickeln** und zu integrieren, um **Glück im Leben** zu erfahren.

Entwickelt in den 1960er Jahren vom visionären chilenischen Anthropologen und Psychologen, Rolando Toro, wird **Biodanza** inzwischen in 54 Ländern getanzt.

Musik, Tanz und Begegnungen ermöglichen es uns, die **Freude des Lebens** im gegenwärtigen Moment zu erleben und unseren Körper in Bewegung neu wahrzunehmen. Was für ein herrliches **Wohlbefinden!**

Erlebe mit uns die vitalisierende Wirkung von **Biodanza**, die psychosomatische Beschwerden befreit, dein Immunsystem und

deine **Liebesfähigkeit** beflügelt. Stärke tanzend deine **Stressresistenz** und spüre die **kreative Freiheit**.

Eine wahrhaftige Verbindung zu dir selbst und anderen schenkt dir tiefe Erfüllung im Leben.

BUCHUNGSTIPP:

Bei Buchung bis zum 25.01.2024 erhalten Sie € 100 Rabatt.

INKLUSIVLEISTUNGEN:

- Unterbringung zu zweit im DZ (großes Apartment, Kategorie 2 mit geteilten Bad und Wohnküche, Preisgruppe A (ohne Meerblick))
Gegen Aufpreis:
 - DZ zur Alleinbenutzung: 50 € - 100 € pro Person & Woche
 - Kategorie 1 (= eigene DU/WC): 20 € - 40 € pro Person & Woche
 - Preisgruppe B (= eingeschränkter Meerblick): 20 € pro Person & Woche
 - Preisgruppe C (= Meerblick, bessere Ausstattung): 70 € pro Person & Woche
- Teilnahme am Ferien-Seminar
- Vegetarische Halbpension
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Korfu