# REISE DURCH DIE SIEBEN CHAKREN – YOGA- & TANZURLAUB

KURSNUMMER: **OUC 28**
KURSZEIT: **ca. 3-4 Std./Tag**
PREIS: **€ 1180**



## Ursula Anthropelos:

**Dipl. Sozialpädagogin,**
**Gestalttherapeutin**
**Erwachsenenbildnerin**
**Kundalini Yoga Lehrerin**
**Movement Medicine**
**Tanzlehrerin Mutter von 3 erwachsenen Kindern**

Seit 2000 begleitet Ursula Menschen in Veränderungsprozessen für ein selbstbestimmtes kraftvolles Leben in Freude Anteilnahme und Verbundenheit Ihre Haltung ist genährt von Lebensfreude, Humor und Liebe für den Tanz des Lebens. Sie ist in eigener Praxis in Schwäbisch Hall zu finden, wie auf verschiedensten Tanzböden im Süddeutschen Raum und in der Natur.

## 02.10. – 09.10.2027

SIEBEN CHAKREN * SIEBEN KRÄFTE * EIN ABENTEUER ZU DIR

Es gibt Reisen, bei denen man einen Ort entdeckt. Und es gibt Reisen, bei denen man unterwegs etwas in sich selbst entdeckt - auf Korfu verbinden wir beides.

Das Meer, die Sonne, die wilde Landschaft der Insel und die Magie der sieben Chakren werden zu unserer Landkarte. Jedes Chakra steht für eine eigene Kraft, eine eigene Qualität, eine eigene Tür, die wir öffnen können.

Wir beginnen unten, bei der **Wurzel**: Erdung, Vertrauen, Stabilität und die Kraft, wirklich da zu sein. Von dort steigen wir weiter auf – zum **Sakralchakra**, wo Lebensfreude, Lust, Kreativität und die schöpferische Kraft des Wassers zuhause sind.

Im **Solarplexus** begegnen wir unserem Feuer: Willenskraft, Mut, Selbstvertrauen und der Frage, was wir wirklich wollen. Das **Herzchakra** öffnet den Raum für Verbindung, Mitgefühl und die Kraft, zu geben und zu empfangen.

Mit dem **Halschakra** geht es um unsere Stimme und unseren Ausdruck – darum, auszusprechen, was gesagt werden möchte. Das **Stirnchakra** führt uns in die Welt der Intuition, Wahrnehmung und inneren Bilder. Und schließlich öffnet sich mit dem **Kronenchakra** ein Raum von Weite, Stille und Verbundenheit.

Sieben Chakren, sieben Kräfte – von der tiefen Verbindung zur Erde bis zur Weite des Himmels.

Wir erforschen diese Qualitäten nicht nur mit Worten. **Wir bringen sie in Bewegung.** Mit Yoga, Bewegungsmeditation, Austausch und freiem Tanz. Wir spüren, wo Energie fließt, wo sie festhängt und was geschehen kann, wenn wir ihr wieder Raum geben. Dabei darf es körperlich werden. Sinnlich. Kraftvoll. Leicht. Manchmal wild, manchmal ganz still.

Und vielleicht begegnen wir dabei Seiten von uns, die im Alltag wenig Platz bekommen: unserer Wut, unserer Lust, unserem Mut, unserer Verletzlichkeit, unserer Kreativität oder unserer Sehnsucht nach Freiheit.

Wir machen diese Reise gemeinsam, aber jeder auf seine eigene Weise. Es gibt Momente der Verbindung und Momente des Rückzugs. Zeit zum Austausch, zum Lachen und Tanzen – und genauso Zeit, allein am Meer zu sitzen, durch die Landschaft zu streifen oder einfach den eigenen Gedanken nachzuhängen.

Denn auch das gehört dazu: zu spüren, wann wir Nähe suchen und wann wir unseren eigenen Raum brauchen.

Vielleicht ist es genau das, was die Magie ausmacht: Wir wissen nicht vorher, was uns erwartet.

Wir öffnen eine Tür – und schauen, was sich dahinter verbirgt.

Eine Bewegung.
Ein Gefühl.
Eine Überraschung.
Eine Erinnerung.
Ein neuer Mut.
Ein überraschendes Lachen.
Ein Moment tiefer Stille.

**Sieben Chakren. Sieben Tore. Sieben Ebenen des Menschseins**

**Und wer weiß, vielleicht kehrst du am Ende mit etwas zurück, von dem du vorher gar nicht wusstest, dass es dir gefehlt hat.**

## Buchungs-Tipp:

Bei Buchung bis 31.01.2027 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: kein EZ-Zuschlag
  - ➔ Kategorie 1 (= eigene DU/WC): 30-40 € pro Person & Woche
  - ➔ Preisgruppe B (= eingeschränkter Meerblick): 40 € pro Person & Woche
  - ➔ Preisgruppe C (= Meerblick, bessere Ausstattung): 70 € pro Person & Woche
  - ➔ Preisgruppe L (= Meerblick, Klimaanlage) 120 € pro Person & Woche
  - ➔ Preisgruppe LX (= Luxus, Meerblick, Klimaanlage) 160 € pro Person & Woche
- Teilnahme am Ferien-Seminar
- Vegetarische/Vegane Halbpension
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Korfu (samstags von 09:00-22:30 Uhr)